

**Филиал муниципального автономного общеобразовательного учреждения**

**«Ачирская средняя общеобразовательная школа» - «Ишменевская начальная общеобразовательная школа»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено  Руководитель методического  объединения учителей начальных классов  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н. Муталипова  30.08.2018 г. | Согласовано  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_З.Т Барсукова  31.08.2018 г | Утверждаю  Директор школы \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.Ш. Барсукова  Приказ №165/5 от 01.09.2018 г. |

**Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» 4 класс**

**2018-2019 учебный год**

Рабочую программу составила

учитель начальных классов: Халилова Р.Н

2018г.

**1. Планируемые 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:

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

* *Знания о физической культуре****-*** выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник самоконтроля, рассказывать историю появления мяча и футбола, объяснять, что такое зарядка и физкультминутка, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека, правила обгона на лыжне;
* *Гимнастика с элементами акробатики* — выполнять строевые упражнения, наклон вперед из положения сидя и стоя, различные варианты висов, вис завесом одной и двумя ногами, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, стойку на голове, на руках, на лопатках, мост, упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед, выкрут, махи), опорный прыжок, проходить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема, прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, крутить обруч, напрыгивать на гимнастический мостик, выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, массажными мячами, набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, направленные на развитие гибкости и координации движений, на матах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;
* *Легкая атлетика*— пробегать 30 и 60 м на время, выполнять челночный бег, метать мешочек на дальность и мяч на точность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием, спиной вперед, проходить полосу препятствий, бросать набивной мяч способами «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой, пробегать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку;
* *Лыжная подготовка* — передвигаться на лыжах скользящим и ступающим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным и одновременным одношажным ходом, «змейкой», выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, подъем на склон «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой», спуск со склона в основной стойке и в низкой стойке, тормозить «плугом», проходить дистанцию 2 км, играть в подвижные игры на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»;
* *Подвижные и спортивные игры****—***выполнять пас ногами и руками, низом, верхом, через волейбольную сетку, ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, бить и бросать по воротам, бросать и ловить мяч самостоятельно и в парах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры «Ловишка», «Ловишка на хопах», «Колдунчики», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Собачки», «Собачки ногами», «Командные собачки», «Вышибалы», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы с ранением», «Вышибалы через сетку», «Перестрелка», «Волк во рву», «Антивышибалы», «Защита стойки», «Капитаны», «Осада города», «Штурм», «Удочка», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Горячая линия», «Будь острожен», «Игра в мяч с фигурами», «Салки и мяч», «Ловишка с мешочком на голове», «Катание колеса», «Марш с закрытыми глазами», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Командные хвостики», «Ножной мяч», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

**2. 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. | | | |

**3. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Дата**  **проведения** | | **Тема**  **урока** | **Элементы содержания** | **Планируемые результаты** | | |
| **план** | **факт** | **Предметные** | **Метапредметные УУД** | **Личностные УУД** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **8** | **9** | **10** | **11** |
| 1 |  |  | Инструктаж по охране труда и ТБ на цуроках легкой атлетики.  Организационно методические требования на уроках физической культуры. | Ознакомительно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, разминка в движении, подвижные игры «Ловишка», «Колдунчики» | Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка», «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию.  ***Познавательные:*** уметь рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка», «Колдунчики». | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 2 |  |  | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки с домиками», «Салки-дай руку» | Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками», «Салки-дай руку» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками», «Салки-дай руку» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. |
| 3 |  |  | Челночный бег | Беговая разминка, челночный бег, подвижная игра «Флаг на башне» | Знать технику челночного бега правила подвижной игры «Флаг на башне» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу.  ***Познавательные:*** выполнять челночный бег, играть в подвижную игру «Флаг на башне» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 4 |  |  | Тестирование челночного бега 3×10 м | Беговая разминка, тестирование челночного бега 3×10 м, подвижная игра «Колдунчики» | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3×10 м, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Регулятивные:*** проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  ***Познавательные:*** проходить тестирование челночного бега 3×10 м, играть в разные варианты подвижной игры «Колдунчики». | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 5 |  |  | Тестирование бега на 60 м с высокого старта | Беговая разминка с мешочками, тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстро» | Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстро» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.  ***Познавательные:*** проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстро» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни. |
| 6 |  |  | Тестирование метание мешочка на дальность | Беговая разминка мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, разучивание метания мешочка с разбега, подвижная игра «Колдунчики» | Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, как выполнять метание мешочка с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование метания мешочка на дальность, метать мешочек на дальность с разбега, играть в подвижную игру «Колдунчики» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. |
| 7 |  |  | Техника паса в футболе | Разминка в движении, техника паса в футболе, подвижная игра «собачки ногами» | Знать какие вариантов пасов можно применять в футболе, правила подвижной игры «Собачки ногами» | ***Коммуникативные:*** уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 8 |  |  | Спортивная игра «Фут  бол» | Разминка в движении, история футбола, техника выполнения пасов, спортивная игра «Футбол» | Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру «Футбол». | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 9 |  |  | Техника прыжка в длину с разбега | Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол» | Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** представить конкретное содержание и сообщить его в устной форме.  ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 10 |  |  | Прыжок в длину с разбега на результат | Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол» | Знать технику прыжка в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации.  ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 11 |  |  | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега | Разминка в движении, контрольные прыжки в длину с разбега, подвижная игра «Командные собачки» | Знать как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  ***Познавательные:*** выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Командные собачки» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 12 |  |  | Контрольный урок по футболу | Разминка в движении, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол» | Знать, как проходит контрольный урок по футболу, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** содействовать сверстникам в достижении цели, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***Познавательные:*** играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 13 |  |  | Тестирование метания мяча на точность | Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы» | Знать правила проведения тестирования малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 14 |  |  | Тестирование наклона вперед из положения стоя | Разминка с малыми мячами, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Перестрелка» | Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Перестрелка» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Перестрелка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 15 |  |  | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с | Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Перестрелка» | Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Перестрелка» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование подъема туловища за 30 с, играть подвижную игру «Перестрелка» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 16 |  |  | Тестирование прыжка в длину с места | Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование в длину с места, подвижная игра «Волк во рву» | Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование прыжка в длину с места, играть подвижную игру «Волк во рву» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 17 |  |  | Тестирование потягиваний и отжиманий | Разминка с гимнастическими палками, тестирование подтягиваний и отжиманий, подвижная игра «Антивышибалы» | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила подвижной игры «Антивышибалы» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в подвижную игру «Антивышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 18 |  |  | Тестирование виса на время | Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Вышибалы» | Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Вышибалы» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование виса на время, играть подвижную игру «Вышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 19 |  |  | Броски и ловля мяча в парах | Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Защита стойки» | Знать варианты бросков и ловли в парах, правила подвижной игры «Защита стойки» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.  ***Познавательные:*** бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру «Защита стойки» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. |
| 20 |  |  | Броски мяча в парах на точность | Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность, подвижная игра «Защита стойки» | Знать, какие варианты бросков на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** выполнять броски мяча в парах на точность, играть в подвижную игру «Защита стойки» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. |
| 21 |  |  | Броски и ловля мяча в парах | Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность, подвижная игра «Капитаны» | Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность, правила подвижной игры «Капитаны» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватность оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 22 |  |  | Броски и ловля мяча в парах у стены | Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча в парах у стены, подвижная игра «Капитаны» | Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч, правила подвижной игры «Капитаны» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.  ***Регулятивные:*** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.  ***Познавательные:*** бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, принятие и освоение социальной роли обучающегося |
| 23 |  |  | Подвижная игра «Осада города» | Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча у стены в парах, подвижная игра «Осада города» | Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Осада города» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Осада города» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 24 |  |  | Броски и ловля мяча | Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Осада города» | Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Осада города» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу.  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Осада города» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 25 |  |  | Упражнения с мячом | Разминка с мячом, броски и ловля мяча, подвижная игра «Штурм» | Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Штурм» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу.  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Штурм» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 26 |  |  | Ведение мяча | Разминка с мячом, варианты ведения мяча, подвижная игра «Штурм» | Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 27 |  |  | Подвижные игры | Беговая разминка, подвижные игры, итоги четверти | Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения, как подводить итоги четверти | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***Познавательные:*** уметь выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 28 |  |  | Кувырок вперед | Разминка на матах, кувырок вперед с места и с трех шагов, подвижная игра «Удочка» | Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 29 |  |  | Кувырок вперед с разбега и через препятствие | Разминка на матах, кувырок вперед с места, с разбега, через препятствие, подвижная игра «Удочка» | Знать, как выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега и через препятствие, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед с разбега, с трех шагов, с разбега и через препятствие, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 30 |  |  | Зарядка | Зарядка, техника различных вариантов кувырка вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле» | Знать, что такое зарядка, правила ее выполнения, какие варианты кувырков вперед бывают, правила подвижной игры «Мяч в туннеле» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуациях, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 31 |  |  | Кувырок назад | Зарядка, кувырок назад, кувырок вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле» | Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры «Мяч в туннеле» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации.  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  ***Познавательные:*** умение делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 32 |  |  | Круговая тренировка | Зарядка, круговая тренировка, игровое упражнение на внимание | Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки существуют, правила выполнения игрового упражнения на внимание | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.  ***Познавательные:*** уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 33 |  |  | Стойка на голове и руках | Зарядка, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты» | Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру «Парашютисты» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 34 |  |  | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека, зарядка с гимнастическими палками, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты» | Знать историю гимнастики, ее значение в жизни человека, правила составления зарядки с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***Познавательные:*** уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и на руках, играть в подвижную игру «Парашютисты» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 35 |  |  | Гимнастические упражнения | Разминка на гимнастических матах с мячом, гимнастические упражнения, игровое упражнение на внимание | Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.  ***Познавательные:*** выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 36 |  |  | Висы | Разминка на матах, висы, подвижная игра «Ловля обезьян» | Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять правила подвижной игры «Ловля обезьян» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.  ***Познавательные:*** выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру «Ловля обезьян» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям |
| 37 |  |  | Лазанье по гимнастической стенке и висы | Разминка с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами, подвижная игра «Ловля обезьян с мячом» | Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения виса завесом одной и двумя ногами, правила подвижной игры «Ловля обезьян» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** лазать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 38 |  |  | Круговая тренировка | Разминка с гимнастическими палками, круговая тренировка, подвижная игра «Удочка» | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.  ***Познавательные:*** проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 39 |  |  | Прыжки в скакалку | Разминка со скалками, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия» | Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя***,*** уметь работать в группе.  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** прыгать со скакалкой и в скакалку, играть подвижную игру «Горячая линия» | 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 |  |  | Прыжки в скакалку в тройках | Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках подвижная игра «Горячая линия» | Знать технику выполнения прыжков в скакалку самостоятельно и в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя***,*** уметь работать в группе.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 41 |  |  | Лазанье по канату в два приема | Разминка со скакалками, лазанье по канату в два и три приема, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Будь осторожен» | Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  ***Познавательные:*** залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 42 |  |  | Круговая тренировка | Разминка со скакалкой, круговая тренировка, подвижная игра «Игра в мяч с фигурами» | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Игра в мяч с фигурами» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Игра в мяч с фигурами» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 43 |  |  | Упражнения на гимнастическом бревне | Разминка на гимнастических скамейках, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч» | Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу.  ***Познавательные:*** выполнять упражнения на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 44 |  |  | Упражнения на гимнастических кольцах | Разминка на скамейках, упражнения на гимнастических кольцах, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч» | Знать комбинацию на гимнастических кольцах, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу***.***  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  ***Познавательные:*** выполнять упражнения на гимнастических кольцах и гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 45 |  |  | Махи на гимнастических кольцах | Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешочками на голове» | Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя.  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу  ***Познавательные:*** выполнять махи и выкрут на кольцах, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости |
| 46 |  |  | Круговая тренировка | Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове» | Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя ***Регулятивные:*** сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого  ***Познавательные:*** выполнять махи и выкрут на кольцах, лазать по наклонной гимнастической скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 47 |  |  | Вращение обруча | Разминка с обручами, варианты вращения обруча, подвижная игра «Катание колеса» | Знать, какие варианты вращения обруча существуют, правила подвижной игры «Катание колеса» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Катание колеса» | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 48 |  |  | Круговая тренировка | Разминка с обручами, стойка на голове, стойка на руках, круговая тренировка, подвижная игра «Катание колеса» | Знать технику выполнения стойки на голове и руках, какие станции круговой тренировки бывают, правила подвижной игры «Катание колеса» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу***.***  ***Регулятивные:*** сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого  ***Познавательные:*** выполнять стойку на голове и пуках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Катание колеса» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 49 |  |  | Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок | Организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и инвентарь, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок | Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом на лыжах без лыжных палок | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию  ***Познавательные:*** уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, передвигаться на лыжах без лыжных палок ступающим и скользящим шагом | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 50 |  |  | Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками | Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, повороты переступанием | Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием на лыжах | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.  ***Познавательные:*** передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, поворачиваться на лыжах переступанием | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 51 |  |  | Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах | Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, повороты на лыжах прыжком | Знать технику выполнения попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, а также поворотов на лыжах прыжком | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу***,*** слушать и слышать друг друга  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 52 |  |  | Попеременный одношажный ход на лыжах | Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгона на лыжне | Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу***,*** слушать и слышать друг друга  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 53 |  |  | Одновременный одношажный ход на лыжах | Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгона на лыжне | Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу***,*** слушать и слышать друг друга  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** передвигаться на лыжах различными ходами, обгонять на лыжной трассе | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 54 |  |  | Подъем на склон «елочк- ой» «полуелочкой» и спуск в основной стойке на лыжах | Лыжные ходы, подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке | Знать, как передвигаться на лыжах, подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой», спускаться со склона в основной стойке | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** передвигаться на лыжах, подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой», спускаться со склона в основной стойке | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 55 |  |  | Подъем на склон «лесенкой», торможение «плуг-ом» на лыжах | Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом» | Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и торможения «плугом» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  ***Познавательные:*** кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «плугом» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 56 |  |  | Передвижение и спуск на лыжах «змейкой» | Лыжные ходы, подъем на склон и спуски со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой» | Знать технику выполнения лыжных ходов, подъема на склон, торможения «плугом», спуска со склона на лыжах «змейкой» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого  ***Познавательные:*** передвигаться на лыжах, спускаться со склона и подниматься на склон, тормозить «плугом», спускаться со склона «змейкой» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 57 |  |  | Подвижная игра на лыжах «Накаты» | Передвижение на лыжах, передвижение «змейкой», спуск со склона «змейкой» подвижная игра «Накаты» | Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 58 |  |  | Подвижная игра на лыжах «Подними предмет» | Спуск со склона в низкой стойке, подвижная игра на лыжах «Накаты», подвижная игра на лыжах «Подними предмет» | Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 59 |  |  | Прохождение дистанции 2 км на лыжах | Прохождение дистанции 2 км, катание со склона в низкой стойке, свободного катания | Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой стойке | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 60 |  |  | Контрольный урок по лыжной подготовке | Лыжные ходы, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой», спуск в низкой стойке, спуск с упражнением «Подними предмет», торможение «плугом» | Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, устанавливать рабочие отношения  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого  ***Познавательные:***передвигаться на лыжах, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 61 |  |  | Эстафеты с мячом | Разминка с мячами-хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижная игра с мячами-хопами | Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации  ***Регулятивные:*** сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу  ***Познавательные:*** участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| 62 |  |  | Броски мяча через волейбольную сетку | Разминка с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку» | Знать, какие варианты бросков через сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату,  адекватно оценивать свои действия и действия партнеров  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,  принятие и освоение социальной роли обучающегося,  развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 63 |  |  | Подвижная игра «Пионербол» | Разминка с мячами, подвижная игра «Пионербол», броски мяча через волейбольную сетку | Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 64 |  |  | Волейбол как вид спорта | Разминка с мячами в парах, спортивная игра «Волейбол», волейбольные упражнения в парах, подвижная игра «Пионербол» | Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу  ***Познавательные:*** выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,  формирование чувства гордости за свою Родину и историю России, российский народ, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 65 |  |  | Подготовка к волейболу | Разминка с мячами в парах, волейбольные упражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол» | Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения  ***Регулятивные:*** владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач  ***Познавательные:*** применять умения и значения из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,  формирование чувства гордости за свою Родину и историю России, российский народ, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 66 |  |  | Контрольный урок по волейболу | Разминка с мячом в движении, знания и умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол» | Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров ***Познавательные:*** применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие этических чувств,  доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,  сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 67 |  |  | Знакомство с баскетболом | Разминка с мячом на месте и в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию  ***Познавательные:*** бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,  принятие и освоение социальной роли обучающегося,  развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| 68 |  |  | Спортивная игра «Баскетбол» | Разминка с мячом на месте и в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию  ***Познавательные:*** бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,  принятие и освоение социальной роли обучающегося,  развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| 69 |  |  | Спортивная игра «Баскетбол» | Разминка в движении с мячом, броски мяча в баскетбольные кольца, спортивная игра «Баскетбол» | Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, устанавливать рабочие отношения ***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** бросать мяч в баскетбольное кольцо различенными способами, играть в баскетбол | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 70 |  |  | Спортивная игра «Баскетбол» | Разминка в движении с мячом, броски мяча в баскетбольные кольца, спортивная игра «Баскетбол» | Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, устанавливать рабочие отношения ***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** бросать мяч в баскетбольное кольцо различенными способами, играть в баскетбол | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 71 |  |  | Полоса препятствий | Разминка в движении, прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка» | Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.  ***Регулятивные:*** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности  ***Познавательные:*** преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочку» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 72 |  |  | Усложненая полоса препятствий | Разминка в движении, усложненная полоса препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка» | Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.  ***Регулятивные:*** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности  ***Познавательные:*** преодолевать усложненную полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 73 |  |  | Прыжок в высоту с прямого разбега | Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями» | Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 74 |  |  | Прыжок в высоту способом «перешагивание» | Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением» | Знать технику выполнения прыжка с прямого разбега и способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением" | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 75 |  |  | Физкультминутка | Физкультминутка, разминка с включением упражнений из физкультминуток, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением» | Знать, что такое физкультминутки, технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением» | ***Коммуникативные:*** владеть монологической и диалектической формами речи в соответствии с грамматическими с синтетическими нормами родного языка.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 76 |  |  | Знакомство с опорным прыжком | Прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту способом «перешагивание», прыжок в высоту спиной вперед, опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка на хопах» | Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперед, опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хопах» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», спиной вперед, опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. |
| 77 |  |  | Опорный прыжок | Разминка с включенными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок подвижная игра «Ловишка на хопах» | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка га хопах» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого  ***Познавательные:*** выполнять опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. |
| 78 |  |  | Контрольный урок по опорному прыжку | Разминка с включенными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок, подвижная игра | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила выбранной подвижной игры | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  ***Познавательные:*** выполнять опорный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 79 |  |  | Броски мяча через волейбольную сетку | Разминка с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку» | Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты |
| 80 |  |  | Подвижная игра «Пионербол» | Разминка с мячом, броски мяча через волейбольную сетку и ловля мяча, подвижная игра «Пионербол» | Знать технику выполнения бросков мяча через сетку, варианты ловли мяча, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 81 |  |  | Упражнения с мячом | Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол» | Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера  ***Регулятивные:*** осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату  ***Познавательные:*** выполнять упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 82 |  |  | Волейбольные упражнения | Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол» | Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения ***Регулятивные:*** сотрудничать в совместном решении задач.  ***Познавательные:*** выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 83 |  |  | Контрольный урок по волейболу | Разминка с мячом в движении, умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол» | Знать технику выполнения волейбольных упражнений, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.  ***Познавательные:*** применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 84 |  |  | Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы» | Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», подвижная игра «Точно в цель» | Знать технику выполнения броска набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», правила подвижной игры «Точно в цель» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** бросать набивной мяч способами «от груди», «снизу», «из-за головы», играть в подвижную игру «Точно в цель» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 85 |  |  | Броски набивного мяча правой и левой рукой | Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель» | Знать технику выполнения броска набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** бросать набивной мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель». | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 86 |  |  | Тестирование виса на время | Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Борьба за мяч» | Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 87 |  |  | Тестирование наклона из положения стоя | Разминка с гимнастическими палками, спортивная игра «Гандбол», тестирование наклона из положения стоя | Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила спортивной игры «Гандбол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в спортивную игру «Гандбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 88 |  |  | Тестирование прыжка в длину с места | Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол» | Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 89 |  |  | Тестирование подтягиваний и отжиманий | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягиваний и отжиманий, спортивная игра «Гандбол» | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила спортивной игры «Гандбол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в спортивную игру «Гандбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 90 |  |  | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с | Разминка, направленная на развитие координации движений, проведение тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Баскетбол» | Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения, лежа на спине за 30 с, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в спортивную игру «Баскетбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 91 |  |  | Баскетбольные упражнения | Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе  ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. |
| 92 |  |  | Тестирование метания малого мяча на точность | Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на точность, спортивная игра «Баскетбол» | Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 93 |  |  | Спортивная игра «Баскетбол» | Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, устанавливать рабочие отношения  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 94 |  |  | Беговые упражнения | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра «Командные хвостики» | Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Командные хвостики» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, слушать и слышать друг друга.  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***Познавательные:*** выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Командные хвостики» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 95 |  |  | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Ночной мяч» | Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Ночной мяч» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Ночной мяч» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 96 |  |  | Тестирование челночного бега 3×10 м | Беговая разминка, тестирование челночного бега 3×10 м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3×10 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование челночного бега 3×10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. |
| 97 |  |  | Тестирование метания мешочка на дальность | Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность и подвижная игра «Флаг на башне» | Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность; правила подвижной игры «Флаг на башне» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.  ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Флаг на башне» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 98 |  |  | Футбольные упражнения | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол» | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, слушать и слышать друг друга.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 99 |  |  | Спортивная игра «Футбол» | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол» | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***Познавательные:*** выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 100 |  |  | Бег на 1000 м | Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол» | Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности ***Познавательные:*** пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 101 |  |  | Спортивные игры | Разминка в движении, спортивные игры, эстафета с передачей эстафетной палочки | Знать технику передачи эстафетной палочки, правила выбранных спортивных игр | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***Познавательные:*** передавать эстафетную палочку во время эстафеты, играть в спортивные игры | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 102 |  |  | Подвижные спортивные игры | Разминка в движении, спортивные и подвижные игры, подведение итогов четверти и года | Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр, как подводить итоги года | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***Познавательные:*** играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |