

<p>«Рассмотрено»  Руководитель МО:  <i>Кудашева С.Н.</i></p> <p>Протокол № <u>1</u> от  «<u>29</u>» <u>августа</u> 2018 г.</p>	<p>«Согласовано»  Заместитель директора по УВР  МБОУ «Куруильская СОШ»:</p> <p>Боброва Е.Н. / <i>Е.Н. Боброва</i> /  «<u>29</u>» <u>августа</u> 2018 г.</p>	<p>«Утверждаю»  Директор МБОУ  «Куруильская СОШ»:  Кудашев В. Н. / <i>В.Н. Кудашев</i> /  Приказ № <u>11</u>  от «<u>29</u>» <u>августа</u></p>
--	---	---



## Рабочая программа педагога

Кудашевой Светланы Николаевны,  
1 квалификационная категория  
по физической культуре, 1 класс

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1 от  
«29» августа 2018

2018-2019 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Рабочая программа для 1 класса** по физической культуре разработана на основе «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2012 в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом общего начального образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373, соответствует базисному учебному плану МБОУ «Куруильская СОШ», принятому 29 августа 2015 года, по которому на изучение физической культуры во 1 классе отводится 99 часов (3 часа в неделю). Третий час учебного предмета «Физическая культура» используется на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

**Учебный предмет «Физическая культура»** входит в образовательную область «Физическая культура».

**Предмет «Физическая культура»** является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения - физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлиненных переменах и в группах продленного дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) - достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Основная образовательная программа начального общего образования определяет содержание и организацию содержательного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, создание основ первоначальных представлений о значении физической культуры и ее влиянии на развитие человека.

**Предметом обучения физической культуры** во 1 классе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

**Целью школьного физического воспитания** является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

**Выполнение данной цели** связано с решением следующих образовательных задач:

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

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разно-уровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества— идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности, учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

**Цель 3-го урока физкультуры** - создание условий для реализации физкультурно-оздоровительной активности учащихся вне зависимости от уровня физической подготовки и уровня сформированности специфических умений по отдельным видам спорта. Поэтому содержание 3-го урока физкультуры направлено не только на реализацию общепринятых разделов (лёгкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка и т.д.), но и на введение таких вариативных разделов, как хореография, ритмика, фитнес, спортивные и бальные танцы, национальные виды спорта, национальные спортивные игры и командные эстафетные игры.

В данной рабочей программе предусмотрен материал для замещения уроков лыжной подготовки на уроки подвижных игр и гимнастики (30 часов для 1-4 классов) - Приложение 1. Этот материал будет использоваться при изменении климатических условий (повышение температуры и вызванное ее таяние снега в период января - марта месяца).

**Содержание программы**

Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и вариативной (дифференцированной).

Освоение базовых основ физической культуры необходимо для каждого ученика.

Базовый компонент составляет основу Государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры. Вариативная часть физической культуры связана с учетом индивидуальных способностей учащихся и местных особенностей работы школы.

Программа состоит из взаимосвязанных частей: уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного, внеурочного направления, продленного дня; внеклассная работа и физкультурно-массовые мероприятия.

**В базовую часть входят:**

**Естественные основы знаний.**

Здоровье и физическое развитие ребенка. Основные формы движений. Работа органов дыхания.

Выполнение основных движений к. предметами, с разной скоростью, на ограниченной площади опоры. Измерение роста, веса, положение в пространстве.

**Социально-психологические основы.**

Влияние физических упражнений, закалывающих процедур, личной гигиены и режима дня на укрепление здоровья.

Выполнение жизненно важных навыков и умений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание, перелезание) в игровой обстановке.

Контроль за выполнением физических упражнений и тестирования физических качеств.

**Приемы закалывания:** воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры.

В программе освоения учебного материала теоретические разделы сочетаются с практическими, основой которых является урок физкультуры, разделяющийся на 3 типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

**Спортивно-оздоровительная деятельность** проходит красной линией по следующим разделам:

**Гимнастика с элементами акробатики**

строй, строевые действия в шеренге, колонне; выполнение строевых команд), упражнения в лазании и перелезании, в равновесии, упражнения по заданию учителя.

**Легкая атлетика:** бег с высоким подниманием бедра, в медленном темпе, изменение темпа бега, дыхание в беге, техника бега и ходьбы, прыжки на одной, двух ногах, в длину и высоту, спрыгивание и запрыгивание, передача и ловля малого мяча, метание в вертикальную цель и на дальность, бросок большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

**Подвижные и спортивные игры.** Многообразие двигательных действий оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей, в результате чего закладываются основы игровой деятельности, совершенствующие движения (ходьба, бег, прыжки, метание).

**Общеразвивающие упражнения** по базовым видам и внутри разделов.

В процессе овладения учебной деятельностью на занятиях физической культуры укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность.

### **Результаты освоения предмета «Физическая культура»**

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 2009г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

#### **Личностные результаты**

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

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **Метапредметные результаты**

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

### **Предметные результаты**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

### **Требования к уровню подготовки учащихся к концу 1-ого года обучения.**

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- по разделу «Знания о физической культуре» — выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, рассказывать, что такое физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля;

- по разделу **«Гимнастика с элементами акробатики»** — строиться в шеренгу и колонну, выполнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища за 30 с на скорость, подтягиваться из виса лежа согнувшись, выполнять вис на время, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега, мост, стойку на лопатках, стойку на голове, выполнять вис с завесом одной и двумя ногами на перекладине, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, переворот назад и вперед на гимнастических кольцах, вращение обруча, лазать по гимнастической стенке и перелезть с пролета на пролет, по канату, прыгать со скакалкой и в скакалку, на мячах-хопах, проходить станции круговой тренировки, разминаться с мешочками, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, с гимнастической палкой, выполнять упражнения на координацию движений, гибкость, у гимнастической стенки, с малыми мячами, на матах, на матах с мячами, с массажными мячами, с гимнастическими скамейками и на них;
- по разделу **«Легкая атлетика»** — технике высокого старта, пробегать на скорость дистанцию 30 м с высокого старта, выполнять челночный бег 3 x Юм, беговую разминку, метание как на дальность, так и на точность, прыжок в длину с места и с разбега, метать гимнастическую палку ногой, преодолевать полосу препятствий, выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту спиной вперед, броски набивного мяча от груди, снизу и из-за головы, пробегать 1 км;
- по разделу **«Лыжная подготовка»** — передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками и без них, торможение падением, проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, обгонять друг друга, подниматься на склон «по-луелочкой», «елочкой», а также спускаться в основной стойке, передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»;
- по разделу **«Подвижные игры»** — играть в подвижные игры: «Ловишка», «Салки», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Салки с резиновыми кружочками», «Салки с резиновыми кольцами», «Прерванные пятнашки», «Колдунчики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Хвостики», «Командные хвостики», «Флаг на башне», «Бездомный заяц», «Вышибалы», «Волк во рву», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Кот и мыши», «Осада города», «Ночная охота», «Удочка», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Медведи и пчелы», «Шмель», «Ловишка с мешочком на голове», «Салки на снегу», «Совушка», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка с мячом и защитниками», «Охотник и утки», «Охотник и зайцы», «Ловишка на хопах», «Забросай противника мячами», «Точно в цель», «Вышибалы через сетку», «Собачки», «Земля, вода, воздух», «Воробьи — вороны», «Антивышибалы», выполнять броски и ловлю мяча различными способами, через волейбольную сетку, в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», технике ведения мяча правой и левой рукой, участвовать в эстафетах.

Учебный предмет «Физическая культура» тесно взаимосвязан со всеми предметами школьного курса. Практически вся тематика Физической культуры базируется на знаниях, получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках Физической культуры непременно используется межпредметная связь:

- обж - ЗОЖ, оказание первой медицинской помощи, обморожения, ожоги;



- география - туризм, выживание в природе;
- химия - процессы дыхания;
- физика - природные явления, ускорение, расстояние, масса, мощность, сила;
- история - история Олимпийских игр, история спорта;
- математика - расстояние, скорость;
- биология - режим дня школьника, рацион питания, оказание ПМП, работа мышц, кровообращение, утомление, экологическая безопасность;

### **Критерии и нормы оценки знаний обучающихся**

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

### **Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение отметки**

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

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

старт не из требуемого положения;

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

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

несинхронность выполнения упражнения.

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

### **Характеристика отметки**

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

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

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

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

В 1 – 4 классах отметка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) учитывается результат: секунды, количество, длину, высоту.

#### Методическое обеспечение

УМК	Методические материалы	Дидактические материалы	Материалы для контроля	Информационное обеспечение, ЦОР, Интернет-ресурсы
В.И. Лях «Физическая культура». Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Издательство: Москва «Просвещение», 2013.	Г.А. Колодницкий В.С.Кузнецов: «Упражнения и игры с мячами». Москва. «Издательство НЦ ЭНАС», 2014г. Г.А. Колодницкий В.С.Кузнецов: «Упражнения и игры на занятиях в начальной школе. Москва.	Г.А. Колодницкий В.С.Кузнецов Физическая культура 1-4 классы. Учебно-наглядное пособие для учащихся начальной школы. Москва «Просвещение» 2013 г.	В.Н. Верхлин , К.А. Воронцов. Москва «ВАКО», 2014г Физическая культура. Входные и итоговые проверочные работы: 1-4 классы	<a href="http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2007N7/p59-60.htm">http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2007N7/p59-60.htm</a> <a href="http://fizkultura-na5.ru">http:// fizkultura-na5.ru</a> олимпиады, кроссворды, комплексы упражнений для развития физических качеств. <a href="http://festival.1september.ru">festival.1september.ru</a> дополнительные материалы о методике, приемах и методах обучения технике акробатических упражнений, технике лыжных ходов, техники легкоатлетических упражнений, о тактике игре в баскетболе и волейболе. <a href="http://www.Olimpizm.ru">http://www.Olimpizm.ru</a> олимпийское движение в России. Информация о зимних и летних видах спорта. <a href="http://krygossvet.ru">http://krygossvet.ru</a> все о волейболе

	«Издательство НЦ ЭНАС», 2006г			
--	-------------------------------------	--	--	--

№ урока	Тема урока	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Прим. сроки	Факт. дата
			Предметные	Метапредметные	Личностные УУД		
1	4	8	9	10	11		
<b>Знания о физической культуре 1 час</b>			<b>1 класс</b>				
1	Организационно-методические указания	Изучение понятий «шеренга» и «колонна», обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения; подвижная игра «Ловишка»	Дифференцировать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строиться в колонну в движении; понимать, какие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой; научиться играть в подвижную игру «Ловишка»	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. <b>Познавательные:</b> объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
<b>Легкая атлетика 3 часа</b>							

2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	<p>Повороты направо и налево. Строевые команды «равняйся», «мирно».</p> <p>Разминка в движении.</p> <p>Тестирование бега на 30 м с высокого старта.</p> <p>Подвижная игра «Ловишка»</p>	<p>Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Ловишка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину</p>		
---	---	---	---	--	--	--	--

3	Техника челночного бега	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; подвижная игра «Прерванные пятнашки»	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижной игры «Прерванные пятнашки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности		
---	-------------------------	---	---	---	--	--	--

4.	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Удержание дистанции. Строевые команды «равняйсь», «смирно». Разминка на месте; тестирование челночного бега 3x Ю м с высокого старта; подвижная игра «Прерванные пятнашки»	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; уметь выполнять разминку на месте; понимать правила тестирования челночного бега	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Прерванные пятнашки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности	
----	---------------------------------------	--	--	--	---	--

**Знания о физической культуре 1 час**

5.	Возникновение физической культуры и спорта	Возникновение физической культуры и спорта	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать, как возникли физическая культура и спорт; уметь выполнять разминку в движении по кругу; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о возникновении физкультуры и спорта, правилах проведения подвижной игры «Гуси-лебеди»</p>	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в ситуациях, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность		
<b>Легкая атлетика 1 час</b>							



6.	Тестирование метания мешочка на дальность	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	Знать, как рассчитывать на первый- второй и как перестраиваться по этому расчету. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»; помнить стихотворное сопровождение	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о правилах проведения тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной Игры «Гуси- лебеди»</p>	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность		
<b>Подвижные игры 1 час</b>							

7.	Русская народная подвижная игра «Горелки»	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь», «на руки в стороны разомкнись». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания и равновесия	Знать, как размыкаться на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь размыкаться на руки в стороны, рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горелки»</p>	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях		
<b>Знания о физической культуре 3 часа</b>							

8.	Олимпийские игры	Рассказ об Олимпийских играх - символике и традициях. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики»	Знать, что такое Олимпийские игры, какие символы и традиции у них существуют. Уметь выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
----	------------------	---	---	--	--	--	--

9.	Что такое физическая культура?	Рассказ о физической культуре. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики»	Знать, что такое физическая культура. Уметь выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о понятии «физическая культура», а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни		
----	--------------------------------	--	---	--	--	--	--

10.	Темп и ритм	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Подвижные игры «Салки» и «Мышеловка»	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в кругу; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
-----	-------------	---	--	---	---	--	--

Подвижные игры 1 час

11.	Подвижная игра «Мышеловка»	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в движении. Подвижные игры «Салки» и «Мышеловка»	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,		
<b>Знания о физической культуре 1 час</b>							

12.	Личная гигиена человека	Гигиена человека. Разминка в движении. Техника высокого старта. Команды «на старт», «внимание», «марш». Подвижная игра «Салки с домиками»	Знать, что такое гигиена. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила подвижной игры «Салки с домиками», технику выполнения высокого старта, как выполнять команды «на старт», «внимание», «марш»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о личной гигиене человека, а также о правилах проведения подвижной игры «Салки с домиками» и о технике выполнения высокого старта</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни		
-----	-------------------------	---	---	---	---	--	--

13.	Тестирование метания малого мяча на точность	Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Два Мороза»	Знать, как проводятся разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность; понимать правила подвижной игры «Два Мороза»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча на точность и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
<b>Гимнастика с элементами акробатики 2 часа</b>							



14.	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Два Мороза». Упражнение на запоминание временного отрезка	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; понимать правила подвижной игры «Два Мороза»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	---	---	--	--	---	--	--

15.	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 «Волк во рву». Упражнение на запоминание временного отрезка	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования подъема туловища из положения лежа и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасность		
-----	---	--	---	---	--	--	--

Легкая атлетика 1 час

16.	Тестирование прыжка в длину с места	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву»	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>		
-----	-------------------------------------	--	---	---	--	--	--

17.	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Подвижная игра «Охотник и зайцы»	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса, понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</p> <p>формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>		
-----	--	---	---	---	---	--	--

18.	Тестирование вися на время	Разминка у гимнастической стенки. Тестирование вися на время. Подвижная игра «Охотник и зайцы»	Знать, как проводятся разминка у гимнастической стенки, тестирование вися на время; понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования вися на время и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>		
-----	----------------------------	--	---	--	--	--	--

19.	Стихотворное сопровождение на уроках	Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	--------------------------------------	--	---	---	--	--	--

20.	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений	Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
<b>Подвижные игры 7 часов</b>							

21.	Ловля и броски мяча в парах	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Осада города»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>		
-----	-----------------------------	---	--	--	--	--	--



22.	Подвижная игра «Осада города»	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Осада города»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь повторить. упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>		
-----	-------------------------------	---	--	--	--	--	--

23.	Индивидуальная работа с мячом	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Осада города»	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Осада города»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности		
-----	-------------------------------	--	---	---	---	--	--

24.	Школа укрощения мяча	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Вышибалы»	Знать, как про- водится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Вышибалы»	<b>Коммуникативные:</b> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь со- хранять доброжелательное отношение друг к другу.  <b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.  <b>Познавательные:</b> уметь самостоя- тельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально- нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие само- стоятельности и личной ответственности		
-----	----------------------------	--	---	--	---	--	--

25.	Подвижная игра «Ночная охота»	Разминка с мяч Упражнения с» ведение, бросками, перебрасыванием Подвижная игра «охота»	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности		
-----	-------------------------------	--	--	---	---	--	--

26.	Глаза закрывай — упражненье начинай	Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами: ведение броски, ловля, подбрасывание. Подвижная игра «Ночная охота»	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности		
-----	-------------------------------------	--	---	--	---	--	--

27.	Подвижные игры	Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов четверти	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение, как подводятся итоги четверти	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции — рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности		
-----	----------------	--	---	---	--	--	--

Гимнастика с элементами акробатики 21 час

28.	Перекаты	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка»	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила подвижной игры «Удочка»	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>		
-----	----------	--	---	--	--	--	--

29.	Разновидности перекатов	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка»	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты, их виды, правила игры «Удочка»	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>		
-----	-------------------------	---	---	--	--	--	--



30.	Техника выполнения кувырка вперед	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Удочка»	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила игры «Удочка»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности		
-----	-----------------------------------	--	---	---	---	--	--

31.	Кувырок вперед	Разминка на матах. Пере- рекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Успей убрать»	Знать, что такое осанка, как проводится разминка на матах, технику выполнения перека- тов и кувырка вперед, правила игры «Успей убрать»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недо- стающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре- одолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Успей убрать»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни		
-----	-------------------	---	--	--	--	--	--

32.	Стойка на лопатках, «мост»	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки»	Знать, что такое осанка, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила игры «Волшебные елочки»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни		
-----	----------------------------	---	--	---	---	--	--

33.	Стойка на лопатках, «мост» — совершенствование	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки»	Знать, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила подвижной игры «Волшебные елочки»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост»</p> <p>и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни		
-----	--	---	--	---	---	--	--

34.	Стойка на голове	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Кувырок вперед. Стойка на голове. Игровое упражнение	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	------------------	---	---	---	--	--	--

35.	Лазанье по гимнастической стенке	Разминка на матах с резиновыми кольцами Лазанье по гимнастической стенке. Стойка на голове. Игровое упражнение	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения стойки на голове	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	----------------------------------	--	--	--	---	--	--

36.	Перелезание на гимнастической стенке	Разминка с гимнастическими палками Лазанье и перелезание гимнастической стенке. Стойка на голове. Кувырок вперед Игровое упражнение	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, стойку на голове, кувырок вперед, проводить игровое упражнение на внимание</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>		
-----	--------------------------------------	---	--	--	--	--	--

37.	Висы на перекладине	<p>Разминка с гимнастическими палками</p> <p>Лазанье и перелезай на гимнастической стенке.</p> <p>Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Подвижная игра «Удочка»</p>	<p>Знать, что такое вис, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего обучения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине, проводить подвижную игру «Удочка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;</p> <p>развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>		
-----	---------------------	---	--	---	---	--	--



38.	Круговая тренировка	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Круговая тренировка. Игровое упражнение	Знать, что такое круговая тренировка, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке и стойки на голове	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный образ жизни, эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	---------------------	---	--	---	--	--	--

39.	Прыжки со скакалкой	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель»	Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную игру «Шмель»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>		
-----	---------------------	--	---	---	--	--	--

40.	Прыжки в скакалку	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель»	Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего обучения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой и в скакалку, проводить подвижную игру «Шмель»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>		
-----	-------------------	---	---	---	--	--	--

41.	Круговая тренировка	Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Береги предмет»	Знать, что такое круговая тренировка и какие упражнения могут в нее входить, правила игры «Береги предмет»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижную игру «Береги предмет»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	---------------------	---	--	---	--	--	--

42.	Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах	Разминка со скакалкой. Вис углом и вис согнувшись на кольцах. Подвижная игра «Волк во рву»	Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, правила игры «Волк во рву»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом и вис согнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	--	--	--	---	--	--	--

43.	Вис прогнувшись на гимнастических кольцах	Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах. Подвижная игра «Волк во рву»	Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить разминку с двумя резиновыми кольцами, правила игры «Волк во рву»	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	---	--	--	---	--	--	--

44.	Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах	Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Подвижная игра «Попрыгунчики-воробушки»	Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить разминку с двумя резиновыми кольцами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представления о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	--	--	---	---	--	--	--

45.	Вращение обруча	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики - воробушки»	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	<p><b>Коммуникативные:</b> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	-----------------	--	--	---	---	--	--



46.	Обруч — учимся им управлять	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики-воробушки»	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
-----	-----------------------------	--	--	--	---	--	--

47.	Круговая тренировка	Разминка с массажными мячами. Круговая тренировка. Подвижные игры	Знать, что такое Массажные мячи и что с ними можно делать, правила проведения круговой тренировки	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить подвижные игры</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>		
-----	---------------------	---	---	---	---	--	--

48.	Круговая тренировка	Разминка с массажными мячами. Круговая тренировка. Подвижные игры	Знать, что такое массажные мячи и что с ними можно делать, правила проведения круговой тренировки	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с массажными мячами, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижные игры</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>		
-----	---------------------	---	---	--	---	--	--

**Лыжная подготовка 12 часов**

49.	<p>Организационно-методические требования на уроках, посвященных лыжной подготовке. Ступающий шаг на лыжах без палок</p>	<p>Проверка лыжной формы, инвентаря; ступающий лыжный шаг</p>	<p>Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего шага на лыжах без палок</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>		
-----	--	---	---	---	--	--	--

50.	Скользкий шаг на лыжах без палок	Переноска лыж под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользкий лыжный I шаг без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользкого шага на лыжах без палок	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи под рукой, передвигаться на лыжах ступающим и скользким шагом без палок</p>	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
-----	----------------------------------	---	---	---	---	--	--

51.	Повороты переступанием на лыжах без палок	Переноска лыж под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; поворот, переступание на лыжах без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок; технику поворота на лыжах без палок	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки работы в группе и уважение к другой точке зрения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		
-----	---	--	---	---	--	--	--

52.	Ступающий шаг на лыжах с палками	Переноска лыж с палками под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; ступающий лыжный шаг с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке. технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, а также ступающего шага с палками	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок, передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
-----	----------------------------------	--	---	---	---	--	--

53.	Скользкий шаг на лыжах с палками	Ступающий лыжный шаг без палок; скользкий лыжный шаг без палок; скользкий лыжный шаг с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользкого шага на лыжах без палок, скользкого лыжного шага с палками	<p><b>Коммуникативные:</b>  формировать навыки работы в группе; слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b>  формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b>  уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользким шагом без палок, скользким шагом с палками</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
-----	----------------------------------	--	--	--	---	--	--



54.	Поворот переступанием на лыжах с палками	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками; повороты переступанием на лыжах с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками, а также поворотов переступанием на лыжах с палками	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
-----	--	---	--	---	---	--	--

55.	Подъем и спуск под уклон на лыжах без палок	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой»	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» без палок, а также знать технику спуска со склона в основной стойке без палок	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять спуск со склона в основной стойке и подъем на него «полуелочкой» на лыжах без палок</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
-----	---	--	--	---	---	--	--

56.	Подъем и спуск под уклон на лыжах с палками	Скользкий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Торможение падением	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также технику спуска со склона в основной стойке с лыжными палками. Познакомиться с техникой торможения падением	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать уважение к иной точке зрения; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользким шагом с палками; выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками, торможение падением</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
-----	---	--	--	--	--	--	--

57.	<p>Прохождение дистанции 1 км на лыжах</p>	<p>Скользкий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Прохождение дистанции 1 км на лыжах</p>	<p>Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1 км, знать технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также спуска со склона в основной стойке с лыжными палками</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. <b>Познавательные:</b> уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км, выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
-----	--	---	--	---	---	--	--

58.	<p>Прохождение дистанции 1 км на лыжах</p>	<p>Скользкий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Прохождение дистанции 1 км на лыжах</p>	<p>Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1 км, знать технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также спуска со склона в основной стойке с лыжными палками</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. <b>Познавательные:</b> уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км, выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
-----	--	---	--	---	---	--	--

59.	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; свободное катание	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1,5 км	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь проходить на лыжах дистанцию 1,5 км</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
-----	---------------------------------------	--	--	--	---	--	--

60.	Контрольный урок по лыжной подготовке	Ступающий и скользящий шаг как с лыжными палками, так и без них; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полу- елочкой»; торможение падением	Узнать, как проводятся занятия по лыжной подготовке	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в индивидуальной и групповой работе.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять различные лыжные ходы, спускаться со склона и подниматься на него, тормозить падением</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
<b>Гимнастика с элементами акробатики 1 час</b>							

61.	Лазанье по канату	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье по канату. Подвижная игра «Белки в лесу»	Знать, что такое канат, как по нему лазать, правила игры «Белки в лесу»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; уметь понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палкамипалками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белки в лесу»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций	
<b>Подвижные игры 1 час</b>						



62.	Подвижная игра «Белочка- защитница»	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье по канату. Подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать, что такое канат, как по нему лазать, правила игры «Белочка-защитница»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми</p> <p>в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций</p>		
-----	-------------------------------------	---	--	--	---	--	--

Гимнастика с элементами акробатики 2 часа

63.	Прохождение полосы препятствий	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах		
-----	--------------------------------	--	--	--	---	--	--

64.	Прохождение усложненной полосы препятствий	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах		
<b>Легкая атлетика 4 часа</b>							

65.	Техника прыжка в высоту с прямого разбега	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
-----	---	--	---	--	--	--	--

66.	Прыжок в высоту с прямого разбега	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
-----	-----------------------------------	--	---	--	--	--	--

67.	Прыжок в высоту спиной вперед	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Подвижная игра «Грибы-шалуны»	Знать, что такое прыжок в высоту спиной вперед, как он выполняется, правила игры «Грибы-шалуны»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному примеру; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей		
-----	-------------------------------	---	---	---	--	--	--

68.	Прыжки в высоту	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Грибы-шалуны»	Знать, что такое прыжки в высоту, как они выполняются, правила игры «Грибы-шалуны»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей		
-----	-----------------	--	--	--	--	--	--

Подвижные игры 7 часов

69.	Броски и ловля мяча в парах	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел»	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
-----	-----------------------------	--	--	---	--	--	--



70.	Броски и ловля мяча в парах	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел»	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч различными способами, играть в подвижную игру «Котел»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>		
-----	-----------------------------	--	--	--	---	--	--

71.	Ведение мяча	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки»	Знать, что такое ведение мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
-----	--------------	--	---	--	---	--	--

72.	Ведение мяча в движении	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
-----	-------------------------	---	--	--	---	--	--

73.	Эстафеты с мячом	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячом	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободы</p>		
-----	------------------	---	--	--	--	--	--

74.	Подвижные игры с мячом	Разминка с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Антывышибалы»	Знать правила проведения подвижных игр «Охотники и утки» и «Антывышибалы»	<p><b>Коммуникативные:</b>  эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность.</p> <p><b>Регулятивные:</b>  формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><b>Познавательные:</b>  уметь выполнять разминку с мячом, играть в подвижные игры «Охотники и утки» и «Антывышибалы»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками		
-----	------------------------	---	---	---	--	--	--

75.	Подвижные игры	Разминка с мячом. Подвижные игры. Подведение итогов четверти	Знать правила проведения подвижных игр	<p><b>Коммуникативные:</b>          строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;          формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками.</p> <p><b>Регулятивные:</b>          определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b>          уметь выполнять разминку с мячом, выбирать подвижные игры и участвовать в них</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками		
-----	----------------	--	--	---	--	--	--

76.	Броски мяча через волейбольную сетку	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку	<p><b>Коммуникативные:</b>  формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b>  осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b>  уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты</p>		
-----	--------------------------------------	---	---	---	--	--	--

77.	Точность бросков мяча через волейбольную сетку	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Забросай противника мячами»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку на точность; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувств; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы в спорных ситуациях; развитие умения договариваться, находить общее решение, умение в диалоге отстаивать свою точку зрения, уметь договариваться и сотрудничать с другими людьми.</p>		
-----	--	---	---	--	--	--	--



78.	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уважение к иной точке зрения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни		
-----	---------------------------------------	--	---	--	--	--	--

79.	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p><b>Коммуникативные:</b> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
<b>Легкая атлетика 2 часа</b>							

80.	Бросок набивного мяча от груди	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски набивного мяча от груди, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность)</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>		
-----	--------------------------------	--	---	---	--	--	--

81.	Бросок набивного мяча снизу	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
-----	-----------------------------	---	--	--	---	--	--

**Подвижные игры 1 час**

82.	Подвижная игра «Точно в цель»	Разминка с малыми мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Точно в цель»	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу и от груди, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный образ жизни</p>		
-----	-------------------------------	--	---	--	--	--	--

**Гимнастика с элементами акробатики 2 часа**

83.	Тестирование вися на время	Разминка с маленькими мячами. Тестирование вися на время. Подвижная игра «Точно в цель»	Знать, как проводится тестирование вися на время, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с маленькими мячами, тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
-----	----------------------------	---	--	---	---	--	--

84.	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Собачки»	Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
<b>Легкая атлетика 2 часа</b>							

85.	Тестирование прыжка в длину с места	Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Собачки»	Знать, как проводится тестирование прыжков в длину, как играть в подвижную игру «Собачки»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжков в длину, играть в подвижную игру «Собачки»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
<b>Гимнастика с элементами акробатики 2 часа</b>							



86.	Тестирование подтягивания на низкой перекладине	Разминка в движении. Тестирование подтягивания на низкой перекладине. Подвижная игра «Лес, болото, озеро»	Знать, как проводится тестирование подтягивания на низкой перекладине, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
-----	---	---	---	---	---	--	--

87.	Тестирование подъема туловища за 30 с	Разминка в движении. Тестирование подъема туловища за 30 с. Подвижная игра «Лес, болото, озеро»	Знать, как проводится тестирование подъема туловища за 30 с, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
-----	---------------------------------------	---	---	---	---	--	--

**Легкая атлетика 2 часа**

88.	Техника метания на точность		Знать, как выполняется метание различных предметов, как играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
-----	-----------------------------	--	--	---	---	--	--

89.	Тестирование метания малого мяча на точность	Разминка с мешочками. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	Знать, как проводится тестирование метания малого мяча на точность, как играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мешочками, сдавать тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
<b>Легкая атлетика 4 часа</b>							

90.	Подвижные игры для зала	Разминка с игровым упражнением «Запрещенное движение». Подвижные игры для зала. Игровое упражнение на равновесие	Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
-----	-------------------------	--	---	---	---	--	--

91.	Беговые упражнения	Разминка в движении. Беговые упражнения. Подвижная игра «Колдунчики»	Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру «Колдун - чики»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, играть в подвижную игру «Колдунчики»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
-----	--------------------	--	--	---	---	--	--

92.	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Хвостики»	Знать, как сдаётся тестирование бега на 30 м с высокого старта. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование бега на 30 м, играть в подвижную игру «Хвостики»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
-----	---	---	--	---	--	--	--

93.	Тестирование челночного бега 3x10 м	Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3 x 10 м. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, как сдаётся тестирование челночного бега 3x10 м. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование челночного бега 3x10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
-----	-------------------------------------	---	--	---	--	--	--



94.	Тестирование метания мешочка на дальность	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, как сдаётся тестирование метания мешочка на дальность. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, сдавать тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
-----	---	---	--	---	--	--	--

**Подвижные игры 5 часов**

95.	Командная подвижная игра «Хвостики»	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	Знать, что такое координация движений, для чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
-----	-------------------------------------	--	---	---	--	--	--

96.	Русская народная подвижная игра «Горелки»	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц»	Знать правила игры «Горелки» и стихотворное сопровождение к ней. Уметь играть в подвижную игру «Игра в птиц»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц»</p>	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях		
-----	---	---	--	--	--	--	--

97.	Командные подвижные игры	Разминка в движении. Подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь»	Знать правила игры «День и ночь», понимать, что значит команда. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
-----	--------------------------	--	--	--	--	--	--

98.	Подвижные игры с мячом	Разминка в движении. Подвижные игры «Вышибалы», «Ловишка», «Игра в птиц с мячом»	Знать игры, в которых используется мяч, правила игр «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»	<p><b>Коммуникативные:</b> Развитие мотивов с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
-----	------------------------	--	--	--	--	--	--

99.	Подвижные игры	Разминка в виде салок. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов учебного года	Знать, как выбирать подвижные игры, как подводить итоги учебного года	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и фор- мулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую ин- формацию; осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги учебного года</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками		
-----	----------------	--	--	---	--	--	--

