

Поурочное планирование по физической культуре 3 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Решаемые проблемы (цели)	Планируемые результаты				
				Предметные результаты	Метапредметные УУД			Личностные УУД
					познавательные	регулятивные	коммуникативные	
Знания о физической культуре (1ч)								
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры	1	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	<i>Познавательные:</i> уметь рассказать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	<i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, работать в группе.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Легкая атлетика (5ч)								
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	Разучивание беговой разминки, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
3	Техника челночного бега	1	Разучивание разминки в движении, повторение техники челночного бега, проведение подвижной игры «Прерванные пятнашки», повторение	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	<i>Познавательные:</i> технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной

			подвижной игры «Колдунчики»					ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	1	Повторение разминки в движении, проведение тестирования челночного бега 3 x 10 м, разучивание подвижной игры «Собачки ногами»	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	<i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
5	Способы метания мешочка (мяча) на дальность	1	Разучивание беговой разминки, знакомство с техникой метания мешочка (мяча) на дальность различными способами, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, какие способы метания мешочка на дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<i>Познавательные:</i> выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу.	<i>Коммуникативные:</i> работать в группе, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
6	Тестирование метания мешочка на дальность	1	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мешочка на дальность, повторение подвижной игры «Собачки ногами»	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Знания о физической культуре (1ч)								
7	Пас и его значение для спортивных игр с мячом	1	Разучивание разминки в движении, знакомство с различными вариантами паса мяча ногой, разучивание правил спортивной игры	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверст-

			«Футбол»			свои действия и действия партнеров.		никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
Подвижные и спортивные игры (1ч)								
8	Спортивная игра «Футбол»	1	Повторение разминки в движении и различных вариантов паса мяча ногами, проведение спортивной игры «Футбол»	Знать, какие варианты паса мяча ногами существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты псов мяча ногами, играть в спортивную игру «Футбол»	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	Формирование чувства гордости за свою Родину и историю России, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Легкая атлетика (3ч)								
9	Прыжок в длину с разбега	1	Разучивание разминки на месте, повторение техники прыжка в длину с разбега, повторение спортивной игры «Футбол»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	<i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установок на безопасный и здоровый образ жизни
10	Прыжки в длину с разбега на результат	1	Повторение разминки на месте, выполнение прыжков в длину с разбега на результат, повторение подвижной игры «Собачки ногами»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости

								и свободе
11	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	1	Разучивание разминки в движении по кругу, контрольное выполнение прыжков в длину с разбега, повторение спортивной игры «Футбол»	Знать, как проходит контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Познавательные:</i> выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками
Подвижные и спортивные игры (1ч)								
12	Контрольный урок по спортивной игре «Футбол»	1	Повторение разминки в движении по кругу, повторение правил спортивной игры «Футбол», контрольное выполнение бросков мяча из-за боковой (аут), контрольная игра в футбол	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, как выполнять бросок из-за боковой	<i>Познавательные:</i> играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками
Легкая атлетика (1ч)								
13	Тестирование метания малого мяча на точность	1	Разучивание разминки с малым мячом, проведение тестирования по метанию малого мяча на точность, проведение подвижной игры «Вышибалы»	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
Гимнастика с элементами акробатики (2ч)								
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя	1	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, проведение тестирования наклона вперед из положения стоя, разучивание подвижной игры «Белые медведи»	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, проведение	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из по-	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование подъема туловища	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоя-

			тестирования по подъему туловища из положения лежа за 30 с, повторение подвижной игры «Белые медведи»	ложения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи»	из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»	цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.	форме, слушать и слышать друг друга.	тельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Легкая атлетика (1ч)								
16	Тестирование прыжка в длину с места	1	Разучивание прыжковой разминки, проведение тестирования прыжка в длину с места, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Гимнастика с элементами акробатики (2ч)								
17	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	1	Повторение прыжковой разминки, проведение тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила игры «Волк во рву»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
18	Тестирование виса на время	1	Разучивание разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования виса на время, повторение подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные и спортивные игры (6ч)								
19	Подвижная игра «Перестрелка»	1	Разучивание разминки с мячами, повторение бросков и ловли мяча,	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча,	<i>Познавательные:</i> уметь бросать и ловить мяч, играть в	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче-

			разучивание подвижной игры «Перестрелка»	правила подвижной игры «Перестрелка»	подвижную игру «Перестрелка»	указанию взрослого, сохранять заданную цель.	способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
20	Футбольные упражнения	1	Повторение разминки с мячом, разучивание футбольных упражнений, повторение подвижной игры «Перестрелка»	Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Перестрелка»	<i>Познавательные:</i> выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка»	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
21	Футбольные упражнения в парах	1	Разучивание разминки с мячами в парах, разучивание футбольных упражнений в парах, разучивание подвижной игры «Пустое место»	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	<i>Познавательные:</i> выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.	<i>Коммуникативные:</i> управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
22	Различные варианты футбольных упражнений в парах	1	Повторение разминки с мячами в парах, проведение футбольных упражнений в парах, повторение подвижной игры «Пустое место»	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	<i>Познавательные:</i> выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.	<i>Коммуникативные:</i> управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
23	Подвижная игра «Осада города»	1	Разучивание разминки с мячом в парах, повторение техники бросков и ловли мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<i>Познавательные:</i> выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города»	<i>Регулятивные:</i> проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы

								из спорных ситуаций
24	Броски и ловля мяча в парах	1	Повторение разминки с мячом в парах, разучивание упражнений с двумя мячами в парах, повторение подвижной игры «Осада города»	Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»	<i>Познавательные:</i> выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города»	<i>Регулятивные:</i> проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Знания о физической культуре (1ч)								
25	Закаливание	1	Знакомство с закаливанием, разучивание разминки с мячом, повторение упражнений с двумя мячами в парах, разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель»	<i>Познавательные:</i> уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	<i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Подвижные и спортивные игры (2ч)								
26	Ведение мяча	1	Повторение правил закаливания и разминки с мячом, совершенствование техники ведения мяча, повторение подвижной игры «Подвижная цель»	Знать правила закаливания, технику ведения мяча, правила подвижной игры «Подвижная цель»	<i>Познавательные:</i> уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	<i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
27	Подвижные игры	1	Разучивание разминки в движении,	Знать, как выбирать подвижные	<i>Познавательные:</i> уметь играть в по-	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать	Развитие этических чувств,

			проведение 2—3 игр по желанию учеников, подведение итогов четверти	игры, правила этих игр, как подводят итоги четверти	движные игры и подводить итоги четверти	формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию	друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение.	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Гимнастика с элементами акробатики (21ч)								
28	Кувырок вперед	1	Разучивание разминки на матах, повторение техники кувырка вперед, проведение подвижной игры «Удочка»	Знать технику кувырка вперед, правила подвижной игры «Удочка»	<i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
29	Кувырок вперед с разбега и через препятствие	1	Повторение разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с разбега, разучивание кувырка вперед через препятствие	Знать технику кувырка вперед с разбега и через препятствие	<i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед с разбега и через препятствие	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
30	Варианты выполнения кувырка вперед	1	Разучивание разминки на матах с резиновыми кольцами,	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существ-	<i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты кувырка вперед,	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие

			разучивание различных вариантов выполнения кувырка вперед, проведение игрового упражнения на внимание	вуют, какие бывают игровые упражнения на внимание	выполнять игровое упражнение на внимание	заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.	помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
31	Кувырок назад	1	Повторение разминки на матах с резиновыми кольцами, разучивание кувырка назад, повторение подвижной игры «Удочка»	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка»	<i>Познавательные:</i> выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
32	Кувырки	1	Разучивание разминки с массажным мячом («ежиком»), совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение техники выполнения кувырка назад, разучивание подвижной игры «Мяч в туннеле»	Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную и фу «Мяч в туннеле»	<i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
33	Круговая тренировка	1	Повторение разминки с массажным мячом, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<i>Познавательные:</i> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков

								сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
34	Стойка на голове	1	Разучивание разминки с гимнастическими палками, повторение техники выполнения стойки на голове, разучивание подвижной игры «Парашютисты»	Знать, как выполнять стойку на голове, правила подвижной игры «Парашютисты»	<i>Познавательные:</i> выполнять стойку на голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»	<i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
35	Стойка на руках	1	Повторение разминки с гимнастическими палками, совершенствование техники выполнения стойки на голове, разучивание техники выполнения стойки на руках, повторение подвижной игры «Парашютисты»	Знать технику стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	<i>Познавательные:</i> выполнять стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
36	Круговая тренировка	1	Разучивание разминки, направленной на сохранение правильной осанки, повторение техники выполнения стойки на голове и на руках, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Волшебные елочки»	Знать, как выполнять стойку на голове и руках, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	<i>Познавательные:</i> выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
37	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине	1	Повторение разминки, направленной на сохранение правильной осанки, совершенствование	Знать, как выполнять лазанье и перелезание на гимнастической стенке, вис	<i>Познавательные:</i> лазать и перелезать на гимнастической стенке, висеть завесом одной и	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей,

			техники лазанья и перелезания на гимнастической стенке, повторение техники виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, проведение подвижной игры «Белочка-защитница»	завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	выделять необходимую информацию.	кооперации.	ценностей и чувств
38	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	1	Разучивание разминки у гимнастической стенки, проведение различных вариантов лазанья и перелезания по гимнастической стенке, совершенствование техники виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, проведение подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать, какие варианты лазанья и перелезания по гимнастической стенке существуют, как выполнять вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	<i>Познавательные:</i> лазать и перелезать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	<i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
39	Прыжки в скакалку	1	Разучивание разминки со скакалками, повторение техники прыжков в скакалку, проведение подвижной игры «Горячая линия»	Знать технику прыжков в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<i>Познавательные:</i> прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
40	Прыжки в скакалку в тройках	1	Повторение разминки со скакалками, повторение прыжков в скакалку, разучивание прыжков	Знать, как выполнять прыжки в скакалку и прыжки в скакалку в тройках, правила	<i>Познавательные:</i> прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в подвижную игру	<i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и

			в скакалку в тройках, повторение подвижной игры «Горячая линия»	подвижной игры «Горячая линия»	«Горячая линия»	новые виды деятельности и формы сотрудничества.	кооперации, слушать и слышать друг друга.	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
41	Лазанье по канату в три приема	1	Разучивание разминки со скакалками, повторение техники прыжка в скакалку в тройках, разучивание техники лазанья по канату в три приема, разучивание подвижной игры «Будь осторожен»	Знать, как прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Познавательные:</i> прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	<i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
42	Круговая тренировка	1	Повторение разминки со скакалками, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Будь осторожен»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Познавательные:</i> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
43	Упражнения на гимнастическом бревне	1	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, повторение техники прыжков в скакалку в движении, разучивание	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила	<i>Познавательные:</i> прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру	<i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

			упражнений на гимнастическом бревне, проведение подвижной игры «Шмель»	подвижной игры «Шмель»			помощью вопросов.	
44	Упражнения на гимнастических кольцах	1	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, повторение упражнений на гимнастическом бревне, повторение упражнений на кольцах, проведение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Знать, как выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<i>Познавательные:</i> выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	<i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
45	Круговая тренировка	1	Разучивание разминки в движении, повторение комбинации на гимнастических кольцах, повторение упражнений на гимнастическом бревне, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Салки с домиками»	Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<i>Познавательные:</i> выполнять махи и выкрут на кольцах, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
46	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке	1	Повторение разминки в движении, разучивание вариантов лазанья по наклонной гимнастической скамейке, повторение подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на го-	<i>Познавательные:</i> выполнять махи и выкрут на кольцах, лазать по наклонной гимнастической скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на го-	<i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

				лове»				
47	Варианты вращения обруча	1	Разучивание разминки с обручами в движении, повторение техники лазанья по наклонной гимнастической скамейке, повторение различных вариантов вращения обруча, разучивание подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	Знать, какие варианты вращения обруча существуют, правила подвижной игры «Катание колеса»	<i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Катание колеса»	<i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
48	Круговая тренировка	1	Повторение разминки с обручами в движении, проведение круговой тренировки, проведение 1—2 игр по желанию учеников	Знать технику выполнения стойки на голове и руках, какие станции круговой тренировки бывают, правила подвижной игры «Катание колеса»	<i>Познавательные:</i> выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Катание колеса»	<i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Лыжная подготовка (17ч)								
49	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	1	Повторение организационно-методических требований, применяемых на уроках лыжной подготовки, проверка спортивной формы и инвентаря, повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без лыжных палок	Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок	<i>Познавательные:</i> уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, передвигаться на лыжах без лыжных палок ступающим и скользящим шагом	<i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	1	Повторение техники передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, а также поворотов переступанием	Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием на лыжах	<i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, поворачиваться на лыжах переступанием	<i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
51	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	1	Повторение техники передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, а также поворотов переступанием	Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием на лыжах	<i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, поворачиваться на лыжах переступанием	<i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
52	Развитие выносливости по переменным двухшажным ходом на лыжах с палками	1	Как правильно подбирать лыжи и палки в соответствии с ростом? Цели: развивать выносливость по переменным двухшажным ходом на лыжах с палками	Научатся: - подбирать лыжи и палки по росту; -технически правильно выполнять попеременный двухшажный ход на лыжах с палками	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.	<i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.	<i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
53	Одновременный одношажный ход на лыжах с палками	1	Какие упражнения разминки выполняются перед прохождением дистанции на лыжах? Цели: закрепить навык одновременного одношажного хода на лыжах с палками	Научатся: - самостоятельно организовывать и проводить разминку перед ходьбой на лыжах	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.	<i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	<i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
54	Одновременный бесшажный ход под уклон на лыжах с палками	1	Как распределять силы при ходьбе на лыжах на большой дистанции? Цели: учить одновременному	Научатся: - технически правильно выполнять одновременный бесшажный ход на	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.	<i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и	<i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей

			бесшажному ходу под уклон на лыжах с палками	лыжах с палками под уклон		условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	решению в совместной деятельности.	
55	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	1	Повторение попеременного и одновременного хода на лыжах, повторение поворотов на лыжах прыжком	Знать технику выполнения попеременного и одновременного хода на лыжах, а также поворотов на лыжах прыжком	<i>Познавательные:</i> поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
56	Попеременный одношажный ход на лыжах	1	Повторение попеременного и одновременного хода на лыжах, разучивание попеременного одношажного хода на лыжах, повторение правил обгона на лыжне	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне	<i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
57	Одновременный одношажный ход на лыжах	1	Повторение ранее изученных лыжных ходов, разучивание одновременного одношажного хода, повторение техники обгона на лыжне	Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне	<i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах различными ходами, обгонять на лыжной трассе	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
58	Подъем на склон «елочкой», «полу	1	Повторение ранее изученных лыжных	Знать, как передвигаться на	<i>Познавательные:</i> передвигаться на	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание

	елочкой» и спуск в основной стойке на лыжах		ходов, подъема на склон «елочкой», «полуелочкой» и спуска в основной стойке на лыжах	лыжах, подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой», спускаться со склона в основной стойке	лыжах, подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой», спускаться со склона в основной стойке	выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.	друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
59	Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах	1	Повторение лыжных ходов, подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом»	Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и торможения «плугом»	<i>Познавательные:</i> кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «плугом»	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
60	Торможение и повороты на лыжах	1	В каких случаях применяется торможение падением? Цели: закрепить навык торможения и поворотов на лыжах	Знать, как выполняются ступающий и скользящий шаг на лыжах, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться змейкой, как подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой» и спускаться со склона в основной стойке	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.	<i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	<i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
61	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	1	Повторение лыжных ходов, различных вариантов подъема на склон, торможения «плугом», проведение	Знать технику выполнения лыжных ходов, подъема на склон и спуска со склона;	<i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, спускаться со склона и подниматься на	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача-	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и

			передвижения и спуска со склона на лыжах «змейкой»	торможения «плугом», спуска со склона «змейкой»	склон, тормозить «плугом», спускаться со склона «змейкой»		ми и условиями коммуникации.	находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
62	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	1	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения и спуска на лыжах «змейкой», проведение подвижной игры на лыжах «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	<i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»	<i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
63	Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	1	Повторение техники спуска в низкой стойке, подвижной игры на лыжах «Накаты», разучивание подвижной игры на лыжах «Подними предмет»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	<i>Познавательные:</i> спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	<i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
64	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	1	Проведение прохождения дистанции 2 км на лыжах, катания со склона в низкой стойке и свободного катания	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке	<i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой стойке	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости

								и свободе
65	Контрольный урок по лыжной подготовке	1	Повторение ранее изученных лыжных ходов, техники передвижения на лыжах «змейкой», подъема на склон «лесенкой», спуска в низкой стойке, спуска с упражнением «Подними предмет», торможения «плугом»	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет»	<i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет»	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные и спортивные игры (5ч)								
66	Броски мяча через волейбольную сетку	1	Подача мяча. Цели: учить ловить мяч через сетку с подачи	Научатся: - соблюдать правила предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом	<i>Познавательные:</i> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.	<i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	<i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия.	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата
67	Упражнения с мячом	1	Как правильно и точно выполнять подачу мяча через сетку броском одной рукой из зоны подачи? Цели: учить ловить мяч с подачи	Научатся: - технически правильно выполнять подачу мяча через сетку броском одной рукой из зоны подачи	<i>Познавательные:</i> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.	<i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	<i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. .	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата
68	Волейбольные упражнения	1	Как правильно выполнять стойку волейболиста? Цели: учить двигательным действиям во время игры в волейбол	Научатся: - выполнять упражнение с мячом по образцу учителя и показу лучших учеников;	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.	<i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают	<i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных

				- соблюдать правила взаимодействия с игроками		оценку учителя.	взаимодействии.	целей
69	Развитие координации.	1	Развитие координационных способностей. Цели: учить бросать и ловить мяч в паре различными способами	Научатся: - выполнять игровые упражнения с элементами	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.	<i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	<i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
70	Развитие ловкости и координации.	1	Развитие ловкости и координации. Цели: закрепить положение рук и ног при приеме и передаче мяча сверху и снизу сетки	Научатся: организовывать и проводить подвижные игры с мячом; соблюдать правила взаимодействия с игроками	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.	<i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	<i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
Легкая атлетика (6ч)								
71	Полоса препятствий	1	Разучивание разминки в движении, прохождение полосы препятствий, повторение подвижной игры «Удочка»	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	<i>Познавательные:</i> преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»	<i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
72	Усложненная полоса препятствий	1	Проведение разминки в движении, прохождение усложненной полосы препятствий, повторение подвижной игры «Совушка»	Знать, как преодолевать усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	<i>Познавательные:</i> преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»	<i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотруд-	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и

						ничества.		эмоционально-нравственной отзывчивости
73	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Знать технику прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
74	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	1	Повторение разминки со скамейками, проведение прыжков в высоту с прямого разбега на результат, повторение подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Познавательные:</i> прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	<i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
75	Прыжок в высоту спиной вперед	1	Разучивание разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту спиной вперед, совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега, разучивание подвижной игры «Штурм»	Знать, как прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Штурм»	<i>Познавательные:</i> прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм»	<i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе
76	Прыжки на мячах-хопах	1	Разучивание разминки в парах с мячами-хопами, совершенствование техники прыжков на мячах-хопах, проведение подвижной игры «Ловишка на хобах»	Знать технику прыжков на мячах-хопах, правила подвижной игры «Ловишка на хобах»	<i>Познавательные:</i> прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хобах»	<i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать).	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

Подвижные игры (2ч)								
77	Эстафеты с мячом	1	Повторение разминки с мячами-хопами в парах, проведение эстафет с мячом, проведение подвижных игр с мячами-хопами	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	<i>Познавательные:</i> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами	<i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
78	Подвижные игры	1	Разучивание беговой разминки, проведение 2—3 подвижных игр, подведение итогов четверти	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	<i>Познавательные:</i> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами	<i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
Подвижные и спортивные игры (2ч)								
79	Броски мяча через волейбольную сетку	1	Разучивание разминки с мячами, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти	<i>Познавательные:</i> выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
80	Подвижная игра «Пионербол»	1	Повторение разминки с мячами, разучивание подвижной игры «Пионербол», совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<i>Познавательные:</i> бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях
Знания о физической культуре (1ч)								
81	Волейбол как вид спорта	1	Разучивание разминки с мячами в парах, знакомство с волейболом как видом спорта, разучивание волейбольных упраж-	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила	<i>Познавательные:</i> бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование

			нений в парах, повторение подвижной игры «Пионербол»	подвижной игры «Пионербол»			учителя.	чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
Подвижные и спортивные игры (2ч)								
82	Подготовка к волейболу	1	Повторение разминки с мячами в парах, разучивание волейбольных упражнений, выполняемых через сетку, повторение подвижной игры «Пионербол»	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	<i>Познавательные:</i> делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	<i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
83	Контрольный урок по волейболу	1	Разучивание разминки с мячом в движении, контрольная проверка знаний и умений из области волейбола, повторение подвижной игры «Пионербол»	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	<i>Познавательные:</i> применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	<i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Легкая атлетика (2ч)								
84	Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу»	1	Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча способами «от груди» и «снизу», проведение подвижной игры «Точно в цель»	Знать технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	<i>Познавательные:</i> бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	<i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
85	Броски набивного мяча правой и левой рукой	1	Повторение разминки с набивным мячом, повторение техники	Знать варианты выполнения бросков набивного	<i>Познавательные:</i> бросать набивной мяч из-за головы,	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла

			броска набивного мяча из-за головы, разучивание техники броска набивного мяча правой и левой рукой, повторение подвижной игры «Точно в цель»	мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.	сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.	учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Гимнастика с элементами акробатики (2ч)								
86	Тестирование виса на время	1	Разучивание разминки с мячом в движении, проведение тестирования виса на время, разучивание подвижной игры «Борьба за мяч»	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
87	Тестирование наклона вперед из положения стоя	1	Повторение разминки с мячом в движении, проведение тестирования наклона вперед из положения стоя, повторение подвижной игры «Борьба за мяч»	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
Легкая атлетика (1ч)								
88	Тестирование прыжка в длину с места	1	Проведение разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, проведение тестирования прыжка в длину с места,	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками

			разучивание спортивной игры «Гандбол»					
Гимнастика с элементами акробатики (2ч)								
89	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	1	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, проведение тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, повторение спортивной игры «Гандбол»	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила спортивной игры «Гандбол»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
90	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, проведение тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, проведение спортивной игры «Гандбол»	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила спортивной игры «Гандбол»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, играть в спортивную игру «Гандбол»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные и спортивные игры (1ч)								
91	Знакомство с баскетболом	1	Разучивание разминки с мячом на месте и в движении, повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо, знакомство со спортивной игрой «Баскетбол»	Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

Легкая атлетика (1ч)								
92	Тестирование метания малого мяча на точность	1	Повторение разминки с мячом на месте и в движении, проведение тестирования по метанию малого мяча на точность, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные и спортивные игры (1ч)								
93	Спортивная игра «Баскетбол»	1	Разучивание разминки в движении с мячом, совершенствование техники бросков мяча в баскетбольные кольца, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	<i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
Легкая атлетика (4ч)								
94	Беговые упражнения	1	Разучивание разминки в движении, проведение беговых упражнений, повторение подвижной игры «Колдунчики», разучивание подвижной игры «Вызов»	Знать варианты беговых упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов»	<i>Познавательные:</i> выполнять беговые упражнения, играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
95	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	Повторение разминки в движении, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижной игры «Командные хвостики»	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Командные хвостики»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
96	Тестирование челночного бега 3	1	Разучивание беговой разминки, проведение	Знать, как проходит тестирова-	<i>Познавательные:</i> проходить тестиро-	<i>Регулятивные:</i> адекватно	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо-

	x 10 м		тестирования челночного бега 3 x 10 м, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	ние челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	вание челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.	ционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
97	Тестирование метания мешочка на дальность	1	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мешочка на дальность, разучивание подвижной игры «Круговая охота»	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Круговая охота»	<i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Круговая охота»	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные и спортивные игры (2ч)								
98	Спортивная игра «Футбол»	1	Разучивание разминки в движении, повторение подвижной игры «Собачки ногами», проведение спортивной игры «Футбол»	Знать правила подвижной игры «Собачки ногами» и спортивной игры «Футбол»	<i>Познавательные:</i> играть в подвижную игру «Собачки ногами» и спортивную игру «Футбол»	<i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, контролировать свою деятельность по результату.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
99	Подвижная игра «Флаг на башне»	1	Повторение разминки в движении, повторение подвижной игры «Собачки ногами», проведение подвижной игры «Флаг на башне»	Знать правила подвижных игр «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	<i>Познавательные:</i> играть в подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	<i>Регулятивные:</i> сотрудничать со сверстниками в совместном решении задач.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
Легкая атлетика (1ч)								
100	Бег на 1000 м	1	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры	<i>Познавательные:</i> пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	<i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия

			1000 м, повторение спортивной игры «Футбол»	«Футбол»		субъекту деятельности.	соответствии с задачами и условиями коммуникации.	другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные и спортивные игры (2ч)								
101	Спортивные игры	1	Проведение беговой разминки, проведение спортивных игр, выбранных по желанию учеников, разучивание подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»	Знать правила спортивных игр, как их выбирать, правила подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»	<i>Познавательные:</i> играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с закрытыми глазами»	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
102	Подвижные и спортивные игры	1	Проведение разминки в движении, спортивных и подвижных игр, выбранных учениками, подведение итогов четверти и года	Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр, как подводить итоги года	<i>Познавательные:</i> играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций