**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, основана на программе предметной линии учебников В.И. Ляха и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1-4 классы» (М.: Просвещение).

**Общая характеристика предмета**

Физическая культура – это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения – физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутки, зарядки и т.п.) и второй половины дня (гимнастика, подвижные игры во второй половине дня), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции, группы ОФП), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья, спортивные праздники, походы и т.п.) – достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физическо-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в общеобразовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных общеобразовательных программ в объеме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

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

***Задачи обучения:***

* укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
* формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
* обучение методике движений;
* развитие координационных и кондиционных способностей;
* формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических 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 определенным видам двигательной активности и влияния 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 (представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

**Общая характеристика курса**

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

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

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

* требований к результатам освоения образовательной программы начального общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;
* Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
* Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
* Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
* Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
* примерной программы начального общего образования;
* приказа Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

**Место учебного предмета в учебном плане**

На курс «Физическая культура» в 1 классе отводится 99 часов, по 3 часа в неделю. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

**Содержание учебного предмета**

1. **Знания о физической культуре (6 ч)**

Организационно-методические указания. Возникновение физической культуры и спорта. Олимпийские игры. Что такое физическая культура? Темп и ритм. Личная гигиена человека.

***В результате изучения темы учащиеся научатся:***

* Называть движения, которые выполняют люди на рисунке;
* Изучать рисунки, на которых изображены античные атлеты, и называть виды соревнований, в которых они участвуют;
* Раскрывать понятие «физическая культура»; анализировать положительное влияние ее компонентов на укрепление здоровья и развитие человека;
* Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений;
* Соблюдать личную гигиену;
* Удерживать дистанцию, темп, ритм;
* Различать разные виды спорта;
* Держать осанку;
* Выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* Составлять комплекс утренней зарядки;
* Участвовать в диалоге на уроке;
* Слушать и понимать других;
* Пересказывать тексты по истории физической культуры;
* Сравнивать физкультуру и спорт эпохи Античности с современными физкультурой и спортом;
* Объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
* Определять цель возрождения Олимпийских игр;
* Называть известных российских и зарубежных чемпионов Олимпийских игр;
* Правильно выполнять правила личной гигиены;
* Давать оценку своему уровню личной гигиены с помощью тестового задания «Проверь себя».

**2. Гимнастика с элементами акробатики (38 ч)**

Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с.Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Тестирование виса на время. Стихотворное сопровождение на уроках. Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений. Перекаты. Разновидности перекатов. Техника выполнения кувырка вперед. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Стойка на лопатках, «мост» - совершенствование. Стойка на голове. Лазанье по гимнастической стенке. Перелезание на гимнастической стенке. Висы не перекладине. Круговая тренировка. Прыжки со скакалкой. Прыжки в скакалку. Круговая тренировка. Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах. Вис прогнувшись на гимнастических кольцах. Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах. Вращение обруча. Обруч – учимся им управлять. Круговая тренировка. Лазанье по канату. Прохождение полосы препятствий. Прохождение усложненной полосы препятствий. Тестирование виса на время. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подтягивания на низкой перекладине. Тестирование подъема туловища за 30 с.

***В результате изучения темы учащиеся научатся:***

* Строиться в шеренгу и колонну;
* Размыкаться на руки в стороны;
* Перестраиваться разведением в две колонны;
* Выполнять повороты направо, налево, кругом;
* Выполнять команды «равняйсь», «смирно», «по порядку рассчитайсь», «на первый – второй рассчитайсь», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»;
* Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений;
* Запоминать короткие временные отрезки;
* Подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа;
* Выполнять вис на время;
* Проходить станции круговой тренировки;
* Выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове;
* Лазать по канату;
* Выполнять висы не перекладине;
* Выполнять прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча;
* Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись;
* Переворот на гимнастических кольцах.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* Описывать состав и содержание общеразвивающих упражнений с предметами, составлять комбинации из числа разученных упражнений;
* Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений;
* Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций;
* Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений;
* Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнении;
* Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств;
* Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений;
* Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций;
* Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений;
* Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений;
* Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций;
* Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений;
* Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности;
* Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности;
* Оказывать помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализировать их технику;
* Оказывать помощь сверстникам в освоении в лазанье и перелезании, анализировать их технику, выявлять ошибки и помогать в их исправлении.

**3. Легкая атлетика (19 ч)**

Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Техника челночного бега. Тестирование челночного бега 3 х 10 м. Тестирование метания мешочка на дальность. Тестирование метания малого мяча на точность. Тестирование прыжка в длину с места. Техника прыжка в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту спиной вперед. Прыжки в высоту. Бросок набивного мяча от груди. Бросок набивного мяча снизу. Тестирование прыжка в длину с места. Техника метания на точность Тестирование метания малого мяча на точность. Беговые упражнения. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Тестирование челночного бега 3 х 10 м. Тестирование метания мешочка на дальность.

***В результате изучения темы учащиеся научатся:***

* Объяснять основные понятия и термины в беге, прыжках, метаниях;
* Технике высокого старта;
* Пробегать на скорость дистанцию 30м;
* Выполнять челночный бег 3х10 м;
* Выполнять беговую разминку;
* Выполнять метание как на дальность, так и на точность;
* Технике прыжка в длину с места;
* Выполнять прыжок в высоту с прямого разбега;
* Выполнять прыжок в высоту спиной вперед;
* Бегать различные варианты эстафет;
* Выполнять броски набивного мяча от груди и снизу.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* Описывать технику беговых упражнений;
* Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений;
* Осваивать технику бега различными способами;
* Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений;
* Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений;
* Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений;
* Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений;
* Описывать технику прыжковых упражнений;
* Осваивать технику прыжковых упражнений;
* Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений;
* Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений;
* Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений;
* Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений;
* Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений;
* Описывать технику бросков большого набивного мяча;
* Осваивать технику бросков большого мяча;
* Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча;
* Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча;
* Описывать технику метания малого мяча;
* Осваивать технику метания малого мяча;
* Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча;
* Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.

**4. Подвижные игры (36 ч)** «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки», «Салки с домиками», «Два Мороза», «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совушка», «Осада города», «Вышибалы», «Ночная охота», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики-воробушки», «Белки в лесу», «Белочка-защитница», «Бегуны и прыгуны», «Грибы-шалуны», «Котел», «Охотники и утки», «Антивышибалы», «Забросай противника мячами», «Вышибалы через сетку», «Точно в цель», «Собачки», «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Хвостики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Игра в птиц», «Игра в птиц с мячом», «День и ночь»; ловля и броски мяча в парах, ведение мяча правой и левой рукой, броски мяча через волейбольную сетку.

***В результате изучения темы учащиеся научатся:***

* Играть в подвижные игры;
* Руководствоваться правилами игр;
* Выполнять ловлю и броски мяча в парах;
* Выполнять ведения мяча правой и левой рукой;
* Выполнять броски мяча через волейбольную сетку;

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр;
* Излагать правила и условия проведения подвижных игр;
* Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр;
* Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;
* Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;
* Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;
* Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;
* Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;
* Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр;
* Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр;
* Осваивать технические действия из спортивных игр;
* Моделировать технические действия в игровой деятельности;
* Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр;
* Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности;
* Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр;
* Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровойдеятельности;
* Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения;
* Развивать физические качества;
* Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры, осуществлять судейство;
* Применять правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе;
* Использовать подвижные игры для активного отдыха.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** **раздела** | **№****урока** | **Тема урока** | **Кол-во****часов** |
| **1 четверть - 27 часов** |
| **Знания о физической культуре** | 1 | Организационно-методические указания | 1 |
| **Легкая атлетика** | 2 | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | 1 |
| 3 | Техника челночного бега | 1 |
| 4 | Тестирование челночного бега на 3х10 м  | 1 |
| **Знания о физической культуре** | 5 | Возникновение физической культуры и спорта | 1 |
| **Легкая атлетика** | 6 | Тестирование метания мешочка на дальность | 1 |
| 7 | Русская народная подвижная игра «Горелки» | 1 |
| **Знания о физической культуре** | 8 | Олимпийские игры | 1 |
| 9 | Что такое физическая культура? | 1 |
| 10 | Темп и ритм | 1 |
| **Подвижные игры** | 11 |  Подвижная игра «Мышеловка | 1 |
| **Знания о физической культуре** | 12 | Личная гигиена человека | 1 |
| **Легкая атлетика** | 13 | Тестирование малого мяча на точность | 1 |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | 14 | Тестирование наклона вперед из положения стоя | 1 |
| 15 | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с | 1 |
| **Легкая атлетика** | 16 | Тестирование прыжка в длину с места | 1 |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | 17 | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа | 1 |
| 18 | Тестирование виса на время | 1 |
| 19 | Стихотворное сопровождение на уроках | 1 |
| 20 | Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движения | 1 |
| **Подвижные игры** | 21 | Ловля и броски мяча в парах | 1 |
| 22 | Подвижная игра «Осада города» | 1 |
| 23-24 | Индивидуальная работа с мячом | 2 |
| 25 | Школа укрощения мяча | 1 |
| 26 | Подвижная игра «Ночная охота» | 1 |
| 27 | Глаза закрывай – упражнение начинай | 1 |
| **2 четверть – 21 час** |
| **Подвижные игры** | 28-29 | Подвижные игры | 2 |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | 30 | Перекаты  | 1 |
| 31 | Разновидности перекатов | 1 |
| 32 | Техника выполнения кувырка вперед | 1 |
| 33 | Кувырок вперед | 1 |
| 34 | Стойка на лопатках, «мост» | 1 |
| 35 | Стойка на лопатках, «мост» - совершенствование | 1 |
| 36 | Стойка на голове | 1 |
| 37 | Лазанье по гимнастической стенке | 1 |
| 38 | Перелезание по гимнастической стенке | 1 |
| 39 | Висы на перекладине | 1 |
| 40 | Круговая тренировка | 1 |
| 41 | Прыжки со скакалкой | 1 |
| 42 | Прыжки в скакалку | 1 |
| 43 | Круговая тренировка | 1 |
| 44 | Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах | 1 |
| 45 | Вис прогнувшись на гимнастических кольцах | 1 |
| 46 | Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах | 1 |
| 47-48 | Вращение обруча | 2 |
| **3 четверть – 27 часов** |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | 49 | Обруч – учимся управлять | 1 |
| 50-51 | Круговая тренировка | 2 |
| 52-53 | Лазанье по канату | 2 |
| **Подвижные игры** | 54 | Подвижная игра «Белочка-защитница» | 1 |
| 55-56 | Прохождение полосы препятствий | 2 |
| 57-58 | Прохождение усложненной полосы препятствий | 2 |
| **Легкая атлетика** | 59 | Техника прыжка в высоту с прямого разбега | 1 |
| 60-61 | Прыжок в высоту с прямого разбега | 2 |
| 62-63 | Прыжок в высоту спиной вперед | 2 |
| 64 | Прыжки в высоту  | 1 |
| 65 | Броски и ловля мяча в парах | 1 |
| 66 | Броски и ловля мяча в парах | 1 |
| 67 | Ведение мяча | 1 |
| 68-69 | Ведение мяча в движении | 2 |
| 70-71 | Эстафеты с мячом | 2 |
| **Подвижные игры** | 72 | Подвижные игры с мячом | 1 |
| 73 | Подвижные игры | 1 |
| 74 | Броски мяча через волейбольную сетку | 1 |
| 75 | Точность бросков мяча через волейбольную сетку | 1 |
| **4 четверть – 24 часа** |
| **Подвижные игры** | 76 | Подвижная игра «Вышибалы через сетку» | 1 |
| 77 | Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций | 1 |
| **Легкая атлетика** | 78 | Бросок набивного мяча от груди | 1 |
| 79 | Бросок набивного мяча снизу | 1 |
| 80-81 | Подвижная игра «Точно в цель» | 2 |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | 82 | Тестирование виса на время | 1 |
| 83 | Тестирование наклона вперед из положения стоя | 1 |
| **Легкая атлетика** | 84 | Тестирование прыжка в длину с места | 1 |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | 85 | Тестирование подтягивания на низкой перекладине | 1 |
| 86 | Тестирование подъема туловища за30 с | 1 |
| **Легкая атлетика** | 87 | Техника метания на точность | 1 |
| 88 | Тестирование метания малого мяча на точность  | 1 |
| **Подвижные игры** | 89-90 | Подвижные игры для зала | 2 |
| **Легкая атлетика** | 91 | Беговые упражнения | 1 |
| 92 | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | 1 |
| 93 | Тестирование челночного бега 3х10 м | 1 |
| 94 | Тестирование метания мешочка на дальность | 1 |
| **Подвижные игры** | 95 | Командная подвижная игра «Хвостики» | 1 |
| 96 | Русская народная подвижная игра «Горелки» | 1 |
| 97 | Командные подвижные игры | 1 |
| 98 | Подвижные игры с мячом | 1 |
| 99 | Подвижные игры | 1 |

*Примечание:* характеристика видов деятельности учащихся включена в календарно-тематическое планирование.

**Распределение учебных часов по разделам программы**

В связи с отсутствием необходимых условий 12 часов, отведенных на изучение раздела «Лыжная подготовка», перераспределены следующим образом: на подвижные игры – 5 ч, на легкую атлетику – 5 ч, на гимнастику с элементами акробатики – 2 ч.

Количество часов, отводимых на изучение каждого раздела, и количество контрольных работ по данным разделам приведено в таблице.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тема**  | **Кол-во часов** | **Кол-во контрольных работ** |
| Знания о физической культуре | 6 | 1 |
| Гимнастика с элементами акробатики | 38 | 8 |
| Легкая атлетика | 19 | 10 |
| Подвижные игры | 36 | 2 |
| **Общее количество часов** | 99 | 21 |

**Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса**

1. Зимние подвижные игры. 1-4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2009.
2. *Лях В.И.* Физическая культура. 1-4 классы. Рабочие программы: Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2011.
3. *Лях В.И.* Физическая культура. 1-4 классы: Учебник для общеобразовательных учреждений: в 3 ч. М.: Просвещение, ОАО «Московские учебники», 2010.
4. *Патрикеев А.Ю.* Поурочные разработки по физической культуре. 1 класс. М.: ВАКО, 2013.
5. Подвижные игры. 1-4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2007.
6. Рабочая программа по физической культуре. 1 класс / Сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2015.
7. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. М.: Просвещение, 2011.
8. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Источник: «Российская газета»; федеральный выпуск № 5976 от 31.12.2012.
9. Физическая культура. Входные и итоговые проверочные работы. 1-4 классы / Сост. В.Н. Верхлин, К.А. Воронцов. М.: ВАКО, 2011.

[**Интернет-ресурсы по физической культуре**](http://nosdrin.21416s15.edusite.ru/p28aa1.html)

* <http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib>

- сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

* <http://www.trainer.h1.ru/>- сайт учителя физ.культуры
* <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
* <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"
* <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»
* <http://sportlaws.infosport.ru> - Спортивное право. База данных, содержащая нормативные и законодательные акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и спорта
* <http://kzg.narod.ru/> - Журнал «Культура здоровой жизни»
* <http://members.fortunecity.com/healthdoc/default.htm> - Если хочешь быть здоров. Публикуются различные материалы по физкультуре и спорту, различным методикам оздоровления и т.п
* <http://www.sportreferats.narod.ru/>
* <http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib> - Сеть творческих учителей. Сообщество учителей физкультуры (методические материалы)
* Интернет-ресурсы. Материалы для учителя физкультуры на сайте Zavuch.Info. 05.01.2010. [www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php](http://www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php)…
* <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm> -Журнал "Теория и практика физической культуры"
* Правила различных спортивных игр<http://sportrules.boom.ru/>
* Спортивные ресурсы в сети Интернет'url<http://www.nlr.ru/res/inv/ic_sport/index.php>
* [Каталог образовательных интернет-ресурсов](http://www.edu.ru/modules.php?op=modload&name=Web_Links&file=index&l_op=viewlink&cid=1831)Физическоевоспитание дошкольников: Учебное пособиеФизкультУРА: образовательный проект пофизическойкультуре. На сайте публикуются статьи пофизическойкультуре.

**Личностные, метапредметные, предметные результаты**

**освоения курса**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (приказ Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. № 373) данная рабочая программа для 1 класса 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 этнической и национальной принадлежности;

формирование уважительного отношения к культуре других народов;

развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;

развитие этнических 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;

формирование установки на безопасный, и здоровый образ жизни.

***Метапредметные результаты:***

* овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
* формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
* определение общей цели и путей ее 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 учета 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 ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
* овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (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 (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

**Планируемые результаты изучения учебного предмета**

##### **Требования к уровню подготовки обучающихся**

**В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся 1 класса должны:**

***иметь представление:***

* о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
* о способах изменения направления и скорости движения;
* о режиме дня и личной гигиене;
* о правилах составления комплексов утренней зарядки

***уметь***:

* выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
* выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
* играть в подвижные игры;
* выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
* выполнять строевые упражнения

***демонстрировать***

уровень физической подготовленности (см. таблицу)

таблица

|  |  |
| --- | --- |
| **Контрольные упражнения** | **Уровень физической подготовленности** |
| **Мальчики** | **Девочки** |
| **высокий** | **средний** | **низкий** | **высокий** | **средний** | **низкий** |
| Бег на 30 м | 6,2 с и меньше | 6,3-6,7 с | 6,8 с и больше | 6,3 с и меньше | 6,4-6,9 с | 7,0 с и больше |
| Челночный бег3х10 м | 10,5 с и меньше | 10,6-10,9 с | 11,0 с и больше | 10,7 с и меньше | 10,8-11,2 с |  11,3 с и больше |
| Броски мяча в горизонтальную цель на точность | 5-6 попаданий за 6 бросков | 3-4 попаданий за 6 бросков | 2 и менее попаданий за 6 бросков | 5-6 попаданий за 6 бросков | 3-4 попаданий за 6 бросков | 2 и менее попаданий за 6 бросков |
| Вис на время | 60 с и больше | 30-59 с | 0-29 с | 60 с и больше | 30-59 с | 0-29 с |
| Метание мешочка (мяча) на дальность | 8 м и дальше | 4-8 м | Ближе 4 м | 8 м и дальше | 4-8 м | Ближе 4 м |
| Наклон вперед из положения стоя | + 6 см и более | от 0 до +5 см | - | + 6 см и более | от 0 до +5 см | - |
| Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа |  12 раз и более | 9 – 11 раз | Менее 9 раз | 9 раз и более | 7 – 8 раз | Менее 7 раз |
| Подъем туловища за 30 с | 15 раз и более | 8-14 раз | Менее 8 раз | 15 раз и более | 8-14 раз | Менее 8 раз |
| Прыжок в длину с места | 118 см и дальше | 115 – 117 см | Ближе 115 см | 116 см и дальше | 113 – 115 см | Ближе 113 см |

**Критерии и нормы оценки знаний обучающихся**

Так как в 1 классе – безотметочное обучение, то вместо балльных отметок используется только положительная различаемая по уровням фиксация: учитель  у себя в таблице результатов  фиксирует уровень знаний и умений обучающихся по предмету. Оценка достижений обучающихся осуществляется по 3 уровням: высокий, средний, низкий. Для определения соответствия уровня используется таблица «Уровни физической подготовленности» (см. выше).

**Контрольно-измерительные материалы**

Для проведения входного и итогового контроля используется методическое пособие:

* Физическая культура. Входные и итоговые проверочные работы. 1-4 классы / Сост. В.Н. Верхлин, К.А. Воронцов. М.: ВАКО, 2011.

Для проведения текущего контроля используется Приложение 1 (Тестирования: рекомендации по проведению и результаты) методического пособия:

* *Патрикеев А.Ю.* Поурочные разработки по физической культуре. 1 класс. М.: ВАКО, 2013, с. 232.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Дата****проведения** | **Тема****урока** | **Тип****урока** | **Технология** | **Решаемые****проблемы** | **Виды****деятельности****(элементы****содержания,****контроль)** | **Планируемые результаты** | **Инвентарь,****спортивное оборудование** | **Дом.****задание** |
| **план** | **факт** | **Предметные** | **Метапредметные УДД** | **Личностные УДД** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** |
| **Знания о физической культуре** |
| 1 |  |  | Организационно-методические указания | Изучение нового материала | Здоровьес-бережения, развивающего обучения | Научиться строиться в шеренгу и колонну; ознакомление с организационно-методическими требованиями; разучивание подвижной игры «Ловишка» | 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» | ***Коммуникативные:*** формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.***Познавательные:*** объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре | Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Секундомер, свисток | Прочитать с родителями текст на стр. 3-4 учебника |
| **Легкая атлетика** |
| 2 |  |  | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий | Повторение построения в шеренгу и колонну. Разучивание поворотов направо и налево на месте. Разучивание разминки в движении. Проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта. Повторение подвижной игры «Ловишка» | Повороты направо и налево.строевые команды «равняйсь», «смирно». Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Ловишка» | Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта | ***Коммуникативные:*** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***Познавательные:*** уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Ловишка»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка  | Повторить дома повороты направо, налево |
| 3 |  |  | Техника челночного бега | Изучение нового материала | Здоровьес-бережения, коллективного выполнения задания, развивающего обучения | Повторение строевых упражнений; проведении разминки в движении; знакомство с техникой челночного бега; разучивание подвижной игры «Прерванные пятнашки» | 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 | ***Коммуникативные:*** формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. ***Познавательные:*** уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижной игры «Прерванные пятнашки»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности | Секундомер, свисток, рулетка на 5 м, конусы или фишки | Повторить технику челночного бега, повороты |
| 4 |  |  | Тестирование челночного бега на 3х10 м  | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий | Знакомство с понятием «дистанция». Разучивание разминки на месте. Проведение тестирования челночного бега на 3х10 м с высокого старта. Повторение подвижной игры «Прерванные пятнашки»  | Удержание дистанции. Строевые команды «равняйсь», «смирно». Разминка на месте; тестированиечелночного бега на 3х10 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 | ***Коммуникативные:*** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***Познавательные:*** уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Прерванные пятнашки»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, конусы | Прочитать с родителями текст на стр. 8-11 учебника |
| **Знания о физической культуре** |
| 5 |  |  | Возникновение физической культуры и спорта | Изучение нового материала | Здоровьесбережения, развивающего обучения, информационно-коммуникационные | Повторение понятия «дистанция». Знакомство с тем, как возникли физическая культура и спорт. Разучивание разминки в движении и подвижной игры «Гуси-лебеди» | Удержание дистанции. Знакомство с теорией возникновения физической культуры и спорта. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра «Гуси-лебеди» | Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать, как возникли физическая культура и спорт; уметь выполнять разминку в движении по кругу; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. ***Познавательные:*** уметь рассказать о возникновении физической культуры и спорта, правилах проведения подвижной игры «Гуси-лебеди»  | Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность | Секундомер, свисток, две скакалки | Повторить стихотворные слова к игре «Гуси-лебеди» |
| **Легкая атлетика** |
| 6 |  |  | Тестирование метания мешочка на дальность | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий | Повторение поворотов направо-налево. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений. Проведение тестирования метания мешочка на дальность. Повторение подвижной игры «Гуси-лебеди» | Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Гуси-лебеди» | Знать как рассчитываться на первый-второй и как перестраиваться по этому расчету. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»; помнить стихотворное сопровождение | ***Коммуникативные:*** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***Познавательные:*** уметь рассказать о правилах проведения тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной игры «Гуси-лебеди» | Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, мешочки (мячи) для метания, рулетка, две скакалки | Прочитать с родителями текст на стр. 13-15 учебника, узнать о великих спортсменах прошлого и современных олимпийских чемпионах  |
| **Подвижные игры** |
| 7 |  |  | Русская народная подвижная игра «Горелки» | Изучение нового материала | Здоровьесбережения, развивающего обучения, обучение коллективного выполнения задания | Знакомство с размыканием на руки в стороны. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений. Знакомство с правилами игры «Горелки». Разучивание упражнения на развитие внимания и равновесия | Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь», «на руки в стороны разомкнись». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнение на развитие внимания и равновесия | Знать, как размыкаться на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение  | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность. ***Регулятивные:*** формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. ***Познавательные:*** уметь размыкаться на руки в стороны, рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горелки» | Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях  | Секундомер, свисток | Прочитать с родителями текст на стр. 16-17 учебника, найти на рисунке олимпийские символ, эмблему, флаг и талисман |
| **Знания о физической культуре** |
| 8 |  |  | Олимпийские игры | Изучение нового материала | Здоровьесбережения, развивающего обучения, развития исследовательских навыков | Знакомство с Олимпийскими играми, олимпийскими символами и традициями. Разучивание разминки с мешочками. Знакомство с техникой метания мешочка на дальность, с правилами игры «Колдунчики» | Рассказ об Олимпийских играх, символах и традициях. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики» | Знать, что такое Олимпийские игры, какие символы и традиции у них существуют. Уметь выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. ***Познавательные:*** уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики» | 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 | Секундомер, свисток, мешочки, демонстрационный материал (олимпийский флаг, эмблема)  | Прочитать с родителями текст на стр. 18-19 учебника |
| 9 |  |  | Что такое физическая культура? | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, информационно-коммуникационные | Знакомство с понятием «физическая культура». Повторение разминки с мешочками. Закрепление техники метания мешочка на дальность. Повторение правил игры «Колдунчики» | Рассказ о физической культуре. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики» | Знать, что такое физическая культура. Уметь выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. ***Познавательные:*** уметь рассказать о понятии «физическая культура», о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики» | 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 | Секундомер, свисток, мешочки  | Придумать одно-два упражнения с мешочком |
| 10 |  |  | Темп и ритм | Изучение нового материала | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, информационно-коммуникационные | Знакомство с понятиями «темп» и «ритм». Разучивание разминки в кругу, подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»  | 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 по кругу; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»  | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. ***Познавательные:*** уметь рассказывать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Секундомер, свисток, бубен, мешочек | Выполнять любое упражнение в разном темпе и с разным ритмом  |
| **Подвижные игры** |
| 11 |  |  | Подвижная игра «Мышеловка | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, развития умственных действий и творческих способностей | Повторение понятий «темп» и «ритм». Проведение разминки в движении. Повторение подвижных игр «Салки» и «Мышеловка» . Знакомство с усложненными вариантами «Мышеловки»  | 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 в движении; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»  | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять доброжелательное отношение друг к другу.***Регулятивные:*** формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. ***Познавательные:*** уметь рассказывать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Секундомер, свисток, бубен | Прочитать с родителями текст на стр. 45-49 учебника |
| **Легкая атлетика** |
| 13 |  |  | Тестирование малого мяча на точность | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Разучивание разминки с малыми мячами. Проведение тестирования малого мяча на точность. Разучивание подвижной игры «Два Мороза» | Разминка с малыми мячами. Тестирование малого мяча на точность. Подвижная игра «Два Мороза» | Знать, как проводятся разминка с малыми мячами, тестирование малого мяча на точность; понимать правила подвижной игры «Два Мороза» | ***Коммуникативные:*** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***Познавательные:*** уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча на точность и о правилах подвижной игры «Два Мороза» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; 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  | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, малые мячи для метания, две скакалки | Прочитать с родителями текст на стр. 19-20 учебника, рассмотреть иллюстрации, знать названия частей тела и органов человека |
| **Гимнастика с элементами акробатики** |
| 14 |  |  | Тестирование наклона вперед из положения стоя | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперед из положения стоя. Повторение подвижной игры «Два Мороза». Выполнение упражнения на запоминание временного отрезка | Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Два Мороза». Упражнение на запоминание временного отрезка | Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; понимать правила подвижной игры «Два Мороза», уметь запоминать десятисекундный отрезок времени | ***Коммуникативные:*** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***Познавательные:*** уметь рассказать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах подвижной игры «Два Мороза» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, скамейка, линейка, две скакалки | Придумать 1-2 упражнения на развитие гибкости |
| 15 |  |  | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Проведение разминки, направленной на развитие гибкости, тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с. Разучивание подвижной игры «Волк во рву». Выполнение упражнения на запоминание временного отрезка | Разминка, направленной на развитие гибкости. Тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Волк во рву». Упражнение на запоминание временного отрезка | Знать, как проводятся разминка, направленной на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени | ***Коммуникативные:*** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***Познавательные:*** уметь рассказать о проведении тестирования подъема туловища из положения лежа и о правилах подвижной игры «Волк во рву» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасность | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, гимнастический мат, две скакалки | Прочитать с родителями текст на стр. 20 учебника, знать основные внутренние органы человека |
| **Легкая атлетика** |
| 16 |  |  | Тестирование прыжка в длину с места | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Проведение разминки, направленной на развитие координации движения, тестирования прыжка в длину с места. Повторение подвижной игры «Волк во рву». | Разминка, направленная на развитие координации движения. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву». | Знать, как проводятся разминка, направленной на развитие координации движения, тестирование прыжка в длину с места; понимать правила подвижной игры «Волк во рву» | ***Коммуникативные:*** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***Познавательные:*** уметь рассказать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о правилах подвижной игры «Волк во рву» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, рулетка, две скакалки, учебник с.21, демонстрационный материал (скелет человека) | Прочитать с родителями текст на стр. 21 учебника, знать названия частей скелета |
| **Гимнастика с элементами акробатики** |
| 17 |  |  | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Проведение разминки, направленной на развитие координации движения, тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Разучивание подвижной игры «Охотник и зайцы» | Разминка, направленная на развитие координации движения. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Подвижная игра «Охотник и зайцы» | Знать, как проводятся разминка, направленной на развитие координации движения, тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа; понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы» | ***Коммуникативные:*** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***Познавательные:*** уметь рассказать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа и о правилах подвижной игры «Охотник и зайцы» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, низкая перекладина, мяч, три обруча, демонстрационный материал (скелет человека) | Прочитать с родителями текст на стр. 22-23 учебника, понаблюдать, как двигаются маленькие дети, молодые и пожилые люди |
| 18 |  |  | Тестирование виса на время | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Проведение разминки у гимнастической стенки, тестирования виса на время. Повторение подвижной игры «Охотник и зайцы» | Разминка у гимнастической стенки. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Охотник и зайцы» | Знать, как проводятся разминка у гимнастической стенки, тестирование виса на время; понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы» | ***Коммуникативные:*** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***Познавательные:*** уметь рассказать о проведении тестирования виса на время и о правилах подвижной игры «Охотник и зайцы» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, три обруча, гимнастическая стенка | Попробовать запомнить 15-секундный промежуток времени |
| 19 |  |  | Стихотворное сопровождение на уроках | Изучение нового материала | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, информационно-коммуникационные | Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Разучивание подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка» | Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка» | Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.***Познавательные:*** уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей и чувств | Секундомер, свисток, обручи, мешочки | Повторить заученные на уроки стихотворные строчки |
| 20 |  |  | Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движения | Репродуктивный урок | Здоровьесбе-режения, проблемного обучения, коллективного выполнения задания | Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Повторение подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка» | Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка» | Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.***Познавательные:*** уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей и чувств | Секундомер, свисток, обручи, мешочки  | Повторить все стихи, которые удалось запомнить, показать упражнения родителям под стихотворное сопровождение |
| **Подвижные игры** |
| 21 |  |  | Ловля и броски мяча в парах | Изучение нового материала | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Разучивание разминки с мячами, упражнений с мячом в парах, подвижной игры «Осада города» | Разминка с мячами. Упражнения с мячом в парах. Подвижная игра «Осада города» | Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячом в парах и подвижная игра «Осада города» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).***Регулятивные:*** формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.***Познавательные:*** уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-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 | Секундомер, свисток, гимнастические скамейки, мячи | Придумать 1-2 упражнения с мячом в парах |
| 22 |  |  | Подвижная игра «Осада города» | Репродуктивный урок | Здоровьесбе-режения, проблемного обучения, коллективного выполнения задания | Повторение разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом в парах. Повторение подвижной игры «Осада города» | Разминка с мячами. Упражнения с мячом в парах. Подвижная игра «Осада города» | Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячом в парах и подвижная игра «Осада города» | ***Коммуникативные:*** формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату.***Познавательные:***уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-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 | Секундомер, свисток, гимнастические скамейки, мячи | Подбрасывать маленький мячик или игрушки и ловить правой и левой рукой  |
| 23-24 |  |  | Индивидуальная работа с мячом | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего и индивидуально-личностного обучения | Разучивание разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски и ловля. Повторение подвижной игры «Осада города» | Разминка с мячами. Упражнения с мячом: ведение мяча, броски и ловля. Подвижная игра «Осада города» | Знать, как проводятся разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Осада города» | ***Коммуникативные:*** формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательные отношения друг к другу. ***Регулятивные:*** формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.***Познавательные:*** уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие 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  | Секундомер, свисток, гимнастическая палка, мячи, две скамейки | Подбрасывать маленький мячик или игрушки правой и левой рукой |
| 25 |  |  | Школа укрощения мяча | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего и индивидуально-личност-ного обучения | Повторение разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски и ловля. Разучивание подвижной игры «Вышибалы» | Разминка с мячами. Упражнения с мячом: ведение мяча, броски и ловля. Подвижная игра «Вышибалы» | Знать, как проводятся разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Вышибалы» | ***Коммуникативные:*** формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательные отношения друг к другу. ***Регулятивные:*** формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.***Познавательные:*** уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного 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  | Секундомер, свисток, мячи, повязка на глаза, гимнастическая палка, две скакалки | Придумать 1-2 упражнения с мячом  |
| 26 |  |  | Подвижная игра «Ночная охота» | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, исследовательских навыков | Разучивание новой разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. Разучивание подвижной игры «Ночная охота»  | Разминка с мячами. Упражнения с мячом: ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота» | Знать, как проводятся разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение | ***Коммуникативные:***  слушать и слышать друг друга; формировать навык речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.***Регулятивные:*** формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять пошаговый и итоговый контроль. ***Познавательные:*** уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие самостоятельности и личной ответственности  | Секундомер, свисток, мячи, повязка на глаза | Потренироваться стоять с закрытыми глазами на одной и на двух ногах |
| 27 |  |  | Глаза закрывай – упражнение начинай | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, исследовательских навыков | Разучивание разминки с закрытыми глазами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. Повторение подвижной игры «Ночная охота»  | Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячом: ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота» | Знать, как проводятся разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение | ***Коммуникативные:***  слушать и слышать друг друга; формировать навык речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.***Регулятивные:*** формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять пошаговый и итоговый контроль. ***Познавательные:*** уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»; как выполнять упражнения с закрытыми глазами  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие самостоятельности и личной ответственности  | Секундомер, свисток, мячи, повязка на глаза  | Узнать, на кого же моно охотиться по ночам |
| 28-29 |  |  | Подвижные игры | Репродуктивный урок | Здоровьесбе-режения, коллективного выполнения задания, развития навыков обобщения, систематизации знаний и диагностики | Повторение разминки с закрытыми глазами. Проведение двух-четырех игр по желанию учеников. Подведение итогов четверти  | Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов четверти | Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение, как подводятся итоги четверти | ***Коммуникативные:***  слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу.***Регулятивные:*** формировать ситуацию саморегуляции – рефлексии; осуществлять пошаговый и итоговый контроль. ***Познавательные:*** уметь самостоятельно выбирать подвижные игры; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами  | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности  | Секундомер, свисток | Индивидуальные задания в зависимости от «неуспехов» учеников |
| **Гимнастика с элементами акробатики** |
| 30 |  |  | Перекаты  | Изучение нового материала | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Разучивание разминки на матах, техники выполнения группировки, перекатов, подвижной игры «Удочка» | Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка» | Знать, как проводятся разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей и чувств, установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, маты, скакалка  | Повторить группировку |
| 31 |  |  | Разновидности перекатов | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Повторение разминки на матах, техники выполнения группировки. Разучивание и повторение перекатов. Повторение подвижной игры «Удочка» | Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка» | Знать, как проводятся разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты, их виды, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:***уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей и чувств, установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, маты, скакалка  | Повторить перекаты на спине в группировке |
| 32 |  |  | Техника выполнения кувырка вперед | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, поэтапного формирования умственных действий | Проведение разминки на матах. Повторение перекатов.разучивание техники выполнения кувырка вперед. Повторение подвижной игры «Удочка» | Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Удочка» | Знать, как проводятся разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:***  формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками.***Регулятивные:*** уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности | Секундомер, свисток, маты, скакалка  | Прочитать с родителями текст на стр. 24-26 учебника |
| 33 |  |  | Кувырок вперед | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Познакомить с понятием осанки. Проведение разминки на матах. Повторение перекатов, техники выполнения кувырка вперед. Разучивание подвижной игры «Успей убрать» | Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Успей убрать» | Знать, что такое осанка, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила подвижной игры «Успей убрать» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед; играть в подвижную игру «Успей убрать» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, маты  | Узнать по учебнику, что нужно делать для улучшения осанки, какие упражнения выполнять при сутулой спине |
| 34 |  |  | Стойка на лопатках, «мост» | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Повторить понятия «осанка». Проведение разминки на сохранение правильной осанки. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Разучивание стойки на лопатках и «моста», подвижной игры «Волшебные елочки» | Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки» | Знать, что такое осанка, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста» правила игры «Волшебные елочки» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; формировать навыки со сверстниками и взрослыми.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, маты, мешочки | Прочитать с родителями текст на стр. 28-30 учебника, запомнить 2-й комплекс упражнений для укрепления мышц живота и спины |
| 35 |  |  | Стойка на лопатках, «мост» - совершенствование | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Проведение разминки, направленной на сохранение правильной осанки. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Повторение стойки на лопатках и «моста», подвижной игры «Волшебные елочки» | Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки» | Знать, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила подвижной игры «Волшебные елочки» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. ***Регулятивные:*** формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, маты, мешочки | Прочитать с родителями текст на стр. 31 учебника, запомнить комплекс упражнений для укрепления мышц стоп |
| 36 |  |  | Стойка на голове | Изучение нового материала | Здоровьесбережения, поблемного и индивидуально-личностного обучения | Разучивание разминки на матах с резиновыми кольцами. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Разучивание техники выполнения стойки на голове. Проведение игрового упражнения на матах | 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 | ***Коммуникативные:*** формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки. ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношений к самому себе как объекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей и чувств  | Секундомер, свисток, маты, гимнастическая палка, резиновые кольца | Прочитать с родителями текст на стр. 32 учебника, запомнить сколько баллов получилось |
| 37 |  |  | Лазанье по гимнастической стенке | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего и индивидуально-личностного обучения | Проведение разминки на матах с резиновыми кольцами. Повторение техники выполнения стойки на голове. Проведение лазанья по гимнастической стенке, игрового упражнения на матах | Разминка на матах с резиновыми кольцами. Лазанье по гимнастической стенке. Стойка на голове. Игровое упражнение | Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения стойки на голове | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. ***Регулятивные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей и чувств  | Секундомер, свисток, маты, гимнастическая стенка, гимнастическая палка, резиновые кольца | Прочитать с родителями текст на стр. 33-34 учебника |
| 38 |  |  | Перелезание по гимнастической стенке | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Проведение разминки с гимнастическими палками. Повторение техники выполнения стойки на голове и кувырка вперед. Проведение лазанья и перелезания на гимнастической стенке, игрового упражнения на матах | Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на 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 | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. ***Регулятивные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, стойку на голове, кувырок вперед, проводить игровое упражнение на внимание | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; установки на безопасный, здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, маты, гимнастическая стенка, гимнастические палки | Прочитать с родителями текст на стр. 35-38 учебника, узнать, какие бывают органы чувств |
| 39 |  |  | Висы на перекладине | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего и индивидуально-личностного обучения | Проведение разминки с гимнастическими палками, лазанья и перелезания на гимнастической стенке. Разучивание различных висов на перекладине, игрового упражнения на матах. Проведение подвижной игры «Удочка» | Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Подвижная игра «Удочка» | Знать, что такое вис, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладинепроводить подвижную игру «Удочка»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, маты, гимнастическая стенка, гимнастические палки, скакалки, мячи, перекладина | Прочитать с родителями текст на стр. 39 учебника, знать строение глаза |
| 40 |  |  | Круговая тренировка | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развития навыков систематизации знаний и самокоррекции результатов | Проведение разминки с гимнастическими палками, лазанья и перелезания на гимнастической стенке, кувырков вперед, перекатов, висов, стойке на голове, игрового упражнения на матах  | Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Круговая тренировка. Игровое упражнение | Знать, что такое круговая тренировка, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке и стойки на голове | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание | 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, эстетических потребностей, ценностей и чувств; | Секундомер, свисток, маты, гимнастическая стенка, гимнастические палки, скакалки, мячи, перекладина | Прочитать с родителями текст на стр. 39 учебника |
| 41 |  |  | Прыжки со скакалкой | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развития навыков систематизации знаний и самокоррекции результатов | Проведение разминки со скакалкой. Разучивание прыжков со скакалкой и в скакалку. Проведение подвижной игры «Шмель» | 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»  | ***Коммуникативные:***  формировать навык речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.***Регулятивные:*** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную игру «Шмель» | 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, здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, скакалки, мячи | Прочитать с родителями текст на стр. 40 учебника, познакомиться с органами слуха |
| 42 |  |  | Прыжки в скакалку | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Проведение разминки со скакалкой. Повторение прыжков со скакалкой и в скакалку. Проведение подвижной игры «Шмель» | 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»  | ***Коммуникативные:***  формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой и в скакалку, проводить подвижную игру «Шмель» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, скакалки  | Прочитать с родителями текст на стр. 42-43 учебника, знать как содержать кожу в чистоте |
| 43 |  |  | Круговая тренировка | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения  | Проведение разминки со скакалкой, круговой тренировки. Разучивание подвижной игры «Береги предмет» | Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Береги предмет» | Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Береги предмет» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.***Регулятивные:*** формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижную игру «Береги предмет» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств  | Секундомер, свисток, скакалки, резиновые кольца, перекладина, маты, гимнастическая стенка, набивной мяч(1 кг) | Прочитать с родителями текст на стр. 43 учебника, знать, почему полезно дышать носом, а не ртом |
| 44 |  |  | Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, поэтапного формирования умственных действий  | Проведение разминки со скакалкой. Разучивание виса углом и виса согнувшись на гимнастических кольцах. Повторение подвижной игры «Волк во рву» | Разминка со скакалкой. Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах. Подвижная игра «Волк во рву» | Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, правила игры «Волк во рву» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навык речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.***Регулятивные:*** определять новый уровень отношений к самому себе как объекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву» | 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 | Секундомер, свисток, мел, гимнастические кольца, скакалки | Прочитать с родителями текст на стр. 44 учебника, |
| 45 |  |  | Вис прогнувшись на гимнастических кольцах | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества, индивидуально-личностного обучения | Проведение разминки с резиновыми кольцами. Повторение виса углом и виса согнувшись на гимнастических кольцах. Разучивание виса прогнувшись на гимнастических кольцах. Повторение подвижной игры «Волк во рву» | Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических 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» | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.***Регулятивные:*** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Секундомер, свисток, гимнастические кольца, резиновые кольца, скакалки | Прочитать с родителями текст на стр. 107-109 учебника, знать виды гимнастики и основные стойки |
| 46 |  |  | Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего, индивидуально-личностного обучения | Проведение разминки с резиновыми кольцами. Повторение виса углом, виса согнувшись, виса прогнувшись на гимнастических кольцах. Разучивание переворота назад и вперед на гимнастических кольцах, подвижной игры «Попрыгунчики-воробушки» | Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на гимнастических 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» | ***Коммуникативные:*** формировать навык речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.***Регулятивные:*** определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на гимнастических кольцах, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Секундомер, свисток, обручи, гимнастические кольца, мел, резиновые кольца | Прочитать с родителями текст на стр. 109-110 учебника, знать, что такое общеразвивающие упражнения и утренняя гимнастика |
| 47-48 |  |  | Вращение обруча | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества  | Проведение разминки с обручами. Повторение виса углом, виса согнувшись, виса прогнувшись, переворота назад и вперед на гимнастических кольцах. Разучивание вращения обруча. Повторение подвижной игры «Попрыгунчики-воробушки» | Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на гимнастических 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» | ***Коммуникативные:*** владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.***Регулятивные:*** формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на гимнастических кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Секундомер, свисток, обручи, гимнастические кольца, скакалки | Потренироваться стоять на одной ноге с закрытыми глазами на время |
| 49 |  |  | Обруч – учимся управлять | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний | Проведение разминки с обручами. Совершенствование техники выполнения виса углом, виса согнувшись, виса прогнувшись, переворота назад и вперед на гимнастических кольцах. Повторение вращения обруча, подвижной игры «Попрыгунчики-воробушки» | Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на гимнастических 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» | ***Коммуникативные:*** формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; слушать и слышать друг друга.***Регулятивные:*** формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на гимнастических кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»  | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Секундомер, свисток, обручи, гимнастические кольца, скакалки, 10-15 небольших резиновых колец (кубиков, кружков) | Запомнить время, которое ученик сумеет простоять на одной ноге |
| 50- 51 |  |  | Круговая тренировка | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий | Проведение разминки с массажными мячами, круговой тренировки, подвижных игр по желанию учеников | Разминка с массажными мячами. Круговая тренировка. Подвижные игры  | Знать, что такое массажные мячи и что с ними можно делать, правила проведения круговой тренировки | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя; формировать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.***Регулятивные:*** формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить подвижные игры  | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Секундомер, свисток, обручи, гимнастические кольца, скакалки, массажные мячи, гимнастическая скамейка, низкая перекладина | Придумать новые правила любимой подвижной игры, что она стала еще интереснее |
| 52-53 |  |  | Лазанье по канату | Изучение нового материала | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, информационно-коммуникационные | Разучивание разминки с гимнастическими палками. Проведение лазанья по канату. Разучивание подвижной игры «Белки в лесу» | 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» | ***Коммуникативные:*** формировать навыки учебного сотрудничества со сверстниками и взрослыми; уметь понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белки в лесу» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; 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 | Секундомер, свисток, гимнастическая стенка, канат для лазанья, гимнастические палки | Найти и прочитать текст по теме урока учебника, повторить висы и упоры |
| **Подвижные игры** |
| 54 |  |  | Подвижная игра «Белочка-защитница» | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, развитие умственных действий и творческих способностей | Повторение разминки с гимнастическими палками. Проведение лазанья по канату. Разучивание подвижной игры «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» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:***  адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белочка-защитница» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, 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 | Секундомер, свисток, гимнастическая стенка, канат для лазанья, гимнастические палки, мячи | Найти и прочитать текст по теме урока учебника, повторить лазанье и перелезание |
| 55-56 |  |  | Прохождение полосы препятствий | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий | Разучивание разминки на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Повторение подвижной игры «Белочка-защитница» | Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра«Белочка-защитница» | Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).***Регулятивные:***  формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Секундомер, свисток, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, гимнастическое бревно, мячи, «кочки» | Повторить повороты направо, налево |
| 57-58 |  |  | Прохождение усложненной полосы препятствий | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества | Повторение разминки на гимнастических скамейках. Преодоление усложненной полосы препятствий. Повторение подвижной игры «Белочка-защитница» | Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра«Белочка-защитница» | Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).***Регулятивные:***  формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Секундомер, свисток, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, гимнастическое бревно, мячи, «кочки» | Прочитать текст на стр. 98 учебника |
| **Легкая атлетика** |
| 59 |  |  | Техника прыжка в высоту с прямого разбега | Изучение нового материала | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Разучивание разминки на гимнастических скамейках, техники прыжка в высоту с прямого разбега, подвижной игры «Бегуны и прыгуны» | 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» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Секундомер, свисток, гимнастические скамейки, планка и стойки для прыжков в высоту  | Найти и прочитать текст по теме урока учебника |
| 60-61 |  |  | Прыжок в высоту с прямого разбега | Репродуктивный урок | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Разучивание разминки на гимнастических скамейках, техники прыжка в высоту с прямого разбега, подвижной игры «Бегуны и прыгуны» | 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» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Секундомер, свисток, гимнастические скамейки, планка и стойки для прыжков в высоту  | Найти и прочитать текст по теме урока учебника, повторить. Индивидуальные задания |
| 62-63 |  |  | Прыжок в высоту спиной вперед | Изучение нового материала | Здоровьесбережения, развивающего, индивидуально-личностного обучения | Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Разучивание техники прыжка в высоту спиной вперед, подвижной игры «Грибы-шалуны» | 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» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формировать навык речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.***Регулятивные:*** формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей | Секундомер, свисток, планка и стойки для прыжков в высоту, демонстрационный материал (съедобные грибы), средние кольца (по 4 красных, желтых, зеленых)  | Прочитать текст учебника о гимнастических снарядах и инвентаре |
| 64 |  |  | Прыжки в высоту  | Репродуктивный урок | Здоровьесбе-режения, развивающего обучения, информационно-коммуникационные | Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Совершенствование техники прыжков в высоту спиной вперед и с прямого разбега. Повторение подвижной игры «Грибы-шалуны» | Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Грибы-шалуны» | Знать, что такое прыжок в высоту, как они выполняются, правила игры «Грибы-шалуны» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:*** формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.***Познавательные:*** уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей | Секундомер, свисток, планка и стойки для прыжков в высоту, демонстрационный материал (съедобные грибы), средние кольца (по 4 красных, желтых, зеленых)  | Вспомнить названия и правила подвижных игр, проверить себя по учебнику на стр. 128-136 |
| 65 |  |  | Броски и ловля мяча в парах | Изучение нового материала | Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Проведение разминки с мячом. Разучивание различных вариантов бросков и ловли мяча, подвижной игры «Котел» | Разминка с мячом. Броски и ловля мяча. Подвижная игра «Котел» | Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).***Регулятивные:*** формирование умения адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохранять заданную цель.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, 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 | Секундомер, свисток, мячи, гимнастические скамейки, гимнастическая палка | Выучить несколько считалок на стр. 129-130 учебника |
| 66 |  |  | Броски и ловля мяча в парах | Репродуктивный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Проведение разминки с мячом. Повторение различных вариантов бросков и ловли мяча, подвижной игры «Котел» | 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» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).***Регулятивные:*** формировать умения адекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. ***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, 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 | Секундомер, свисток, мячи, гимнастические скамейки, гимнастическая палка | Прочитать правила игры «Охотники и утки» на стр. 134 учебника |
| 67 |  |  | Ведение мяча | Изучение нового материала | Здоровьесбережения, развивающего, индивидуально-личностного обучения | Проведение разминки с мячом. Выполнение различных вариантов бросков и ловли мяча. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой . Разучивание подвижной игры «Охотники и утки» | Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки» | Знать, что такое ведение мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки» | ***Коммуникативные:***формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе, как к субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, мячи | Найти и прочитать текст учебника про эстафеты с мячом |
| 68-69 |  |  | Ведение мяча в движении | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего, индивидуально-личностного обучения | Проведение разминки с мячом. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Знакомство с эстафетами | Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты | Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет | ***Коммуникативные:***формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе, как к субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, мячи, 8 стоек, скакалка | Придумать свой вариант эстафеты с мячом |
| 70-71 |  |  | Эстафеты с мячом | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий | Разучивание разминки с мячом. Совершенствование техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Проведение эстафет с мячом | Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты | Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, мячи, 8 стоек, скакалка | Выполнить 3 наклона вперед, стараясь задержаться в наклоне на 10 секунд |
| **Подвижные игры** |
| 72 |  |  | Подвижные игры с мячом | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, педагогики сотрудничества | Повторение разминки с мячом, подвижной игры «Охотники и утки». Разучивание подвижной игры «Антивышибалы»  | Разминка с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Антивышибалы» | Знать правила проведения подвижных игр «Охотники и утки», «Антивышибалы» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность.***Регулятивные:***  формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мячом, играть в подвижные игры «Охотники и утки», «Антивышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Секундомер, свисток, мячи, 2 скакалки | Выполнить 20 приседаний |
| 73 |  |  | Подвижные игры | Репродуктивный урок | Здоровьесбе-режения, проблемного обучения, развития навыков обобщения и систематизации знаний  | Проведение разминки с мячом, подвижных игр. Подведение итогов четверти. | Разминка с мячом. Подвижные игры. Подведение итогов четверти | Знать правила проведения подвижных игр | ***Коммуникативные:*** строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками.***Регулятивные:***  определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаговый контроль.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мячом, выбирать подвижные игры и участвовать в них | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Секундомер, свисток, мячи | Индивидуальные задания  |
| 74 |  |  | Броски мяча через волейбольную сетку | Изучение нового материала | Здоровьесбережения, проблемного и развивающегообучения | Проведение разминки в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Разучивание подвижной игры «Забросай противника мячами» | Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами» | Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку | ***Коммуникативные:***формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату.***Познавательные:***уметь выполнять разминку в парах, броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игруа «Забросай противника мячами» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты | Секундомер, свисток, мячи (один на пару), волейбольная сетка, бубен | Повторить наклоны из положения стоя |
| 75 |  |  | Точность бросков мяча через волейбольную сетку | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающегообучения, педагогики сотрудничества | Проведение разминки в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Повторение подвижной игры «Забросай противника мячами» | Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Забросай противника мячами» | Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность | ***Коммуникативные:***слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:***  формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.***Познавательные:***уметь выполнять разминку в парах, броски мяча через волейбольную сетку на точность; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты | Секундомер, свисток, мячи (один на пару), волейбольная сетка, бубен | Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине |
| 76 |  |  | Подвижная игра «Вышибалы через сетку» | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, индивидуально-личностного обучения, самоанализа и коррекции действий | Проведение разминки с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Разучивание подвижной игры «Вышибалы через сетку» | Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку» | Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные:***формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уважение к иной точке зрения.***Регулятивные:*** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь контролировать свою деятельность по результату.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной 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 и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, мячи, волейбольная сетка  | Придумать необычный бросок мяча |
| 77 |  |  | Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, индивидуально-личностного обучения, самоанализа и коррекции действий | Проведение разминки с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Повторение подвижной игры «Вышибалы через сетку» | 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 дальность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные:***владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.***Регулятивные:*** формировать умения адекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, мячи, волейбольная сетка | Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами |
| **Легкая атлетика** |
| 78 |  |  | Бросок набивного мяча от груди | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, развивающегообучения, самоанализа и коррекции действий | Разучивание разминки с набивными мячами. Техника броска набивного мяча от груди. Проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку» | Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди. Подвижная игра «Вышибалы через сетку» | Знать, как выполнять броски набивного мяча от груди, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, мячи, волейбольная сетка, набивные мячи (1 кг) | Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами |
| 79 |  |  | Бросок набивного мяча снизу | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, развивающегообучения, самоанализа и коррекции действий | Повторение разминки с набивными мячами, техники броска набивного мяча от груди. Разучивание броска набивного мяча снизу. Проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку» | Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Вышибалы через сетку» | Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, мячи, волейбольная сетка, набивные мячи (1 кг) | Повторить приседания |
| 80-81 |  |  | Подвижная игра «Точно в цель» | Комбинированный урок | Здоровьесбе-режения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества | Разучивание разминки с малыми мячами. Повторение техники броска набивного мяча от груди и снизу. Разучивание правил подвижной игры «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 от груди и снизу, как играть в подвижную игру «Точно в цель» | ***Коммуникативные:*** формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.***Регулятивные:***  формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, мячи, 2 набивных мяча (1 кг), 6 стоек | Придумать новое название для сегодняшней игры |
| **Гимнастика с элементами акробатики** |
| 82 |  |  | Тестирование виса на время | Контрольный урок | Здоровьесбережения, исследовательских навыков, информационно-коммуникационные | Разучивание разминки с малыми мячами. Повторение тестирования виса на время. Повторение правил подвижной игры «Точно в цель» | Разминка с малыми мячами. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Точно в цель» | Знать, как проводится тестирование виса на время, как играть в подвижную игру «Точно в цель» | ***Коммуникативные:***сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать умения адекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с малыми мячами, тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Точно в цель» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Секундомер, свисток, мячи, 2 набивных мяча (1 кг), 6 стоек, гимнастическая стенка, тетрадь для записей и ручка | Повторить наклон из положения стоя |
| 83 |  |  | Тестирование наклона вперед из положения стоя | Контрольный урок | Здоровьесбережения, исследовательских навыков, информационно-коммуникационные | Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперед из положения стоя. Разучивание правил подвижной игры «Собачки» | Разминка, направленной на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Собачки» | Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки» | ***Коммуникативные:***сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать умения адекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.***Познавательные:***уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Секундомер, свисток, 2 мяча, 6 стоек, гимнастическая скамейка, тетрадь для записей и ручка, 9 средних колец трех цветов | Выполнять по 10 приседаний3 раза в день |
| **Легкая атлетика** |
| 84 |  |  | Тестирование прыжка в длину с места | Контрольный урок | Здоровьесбережения, исследовательских навыков, информационно-коммуникационные | Проведение беговой разминки, тестирования прыжка в длину с места. Повторение подвижной игры «Собачки» | Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Собачки» | Знать, как проводится тестирование прыжка в длину с места, как играть в подвижную игру «Собачки» | ***Коммуникативные:***сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать умения адекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.***Познавательные:***уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжка в длину, играть в подвижную игру «Собачки» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Секундомер, свисток, 4 мяча, тетрадь для записей и ручка, рулетка | Повторить отжимания от пола |
| **Гимнастика с элементами акробатики** |
| 85 |  |  | Тестирование подтягивания на низкой перекладине | Контрольный урок | Здоровьесбережения, исследовательских навыков, информационно-коммуникационные | Проведение разминки в движении, тестирования подтягивания на низкой перекладине. Разучивание подвижной игры «Лес, болото, озеро» | Разминка в движении. Тестирование подтягивания на низкой перекладине. Подвижная игра «Лес, болото, озеро» | Знать, как тестирование подтягивания на низкой перекладине, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро» | ***Коммуникативные:***сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать умения адекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.***Познавательные:***уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, рулетка, низкая перекладина, гимнастический обруч | Вспомнить как можно больше представителей животного мира нашей планеты |
| 86 |  |  | Тестирование подъема туловища за30 с | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, информационно-коммуникационные  | Проведение разминки в движении, тестирования подъема туловища за 30 с. Повторение подвижной игры «Лес, болото, озеро» | Разминка в движении. Тестирование подъема туловища за 30 с. Подвижная игра «Лес, болото, озеро» | Знать, как проводится тестирование подъема туловища за 30 с, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро» | ***Коммуникативные:***сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать уменияадекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.***Познавательные:***уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, гимнастический мат | Повторить считалки на стр. 128-130 |
| **Легкая атлетика** |
| 87 |  |  | Техника метания на точность | Изучение нового материала | Здоровьесбе-режения, развивающегообучения, развития навыков обобщения и систематизации знаний, самодиагностики и самокоррекции результатов | Проведение разминки с мешочками. Разучивание техники броска различных предметов на точность, разучивание подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | Разминка с мешочками. Техника метания различных предметов на точность. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове» | Знать, как выполняется метание различных предметов, как играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | ***Коммуникативные:***с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).***Регулятивные:***  формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; 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 | Секундомер, свисток, мешочки, по 5 мишеней на каждого ученика, массажных мячей, резиновых колец, малых и средних мячей, баскетбольное кольцо  | Найти или придумать какую-нибудь оригинальную считалку |
| 88 |  |  | Тестирование метания малого мяча на точность  | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, информационно-коммуникационные  | Проведение разминки с мешочками, тестирования малого мяча на точность. Повторение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | Разминка с мешочками. Техника метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове» | Знать, как выполняется тестирование метания малого мяча на точность, как играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | ***Коммуникативные:***сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать умения адекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с мешочками, сдавать тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, мешочки, мишень и мяч для тестирования | Подумать и решить, в какие подвижные игры для зала поиграть на следующем уроке |
| **Подвижные игры** |
| 89-90 |  |  | Подвижные игры для зала | Репродуктивный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, коллективного выполнения задания, педагогики сотрудничества | Проведение разминки с игровым упражнением «Запрещенное движение», подвижных игр для зала и игрового упражнения для равновесия | Разминка с игровым упражнением «Запрещенное движение». Подвижные игры для зала. Игровое упражнение для равновесия | Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения.***Регулятивные:***  формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.***Познавательные:***уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной 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 | Секундомер, свисток, инвентарь для игр | На данных уроках не предусмотрено |
| **Легкая атлетика** |
| 91 |  |  | Беговые упражнения | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий | Проведение разминки в движении. Разучивание различных беговых упражнений. Повторение подвижной игры «Колдунчики» | Разминка в движении. Беговые упражнения. Подвижная игра «Колдунчики» | Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру «Колдунчики» | ***Коммуникативные:***слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;***Регулятивные:***  формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру. ***Познавательные:***уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, играть в подвижную игру «Колдунчики» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Секундомер, свисток, 3 конуса | Повторить технику высокого старта |
| 92 |  |  | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, информационно-коммуникационные  | Проведение разминки в движении. Проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта. Разучивание подвижной игры «Хвостики» | Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Хвостики» | Знать, как сдается тестирование бега на 30 м с высокого старта. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики» | ***Коммуникативные:***сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать умения адекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.***Познавательные:***уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование бега на 30 м, играть в подвижную игру «Хвостики» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, ленточка 30 см, 3 конуса  | Повторить выпрыгивания «Лягушка» не менее 20 раз |
| 93 |  |  | Тестирование челночного бега 3х10 м | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, информационно-коммуникационные  | Проведение разминки в движении. Проведение тестирования челночного бега на 3х10 м. Разучивание подвиж-ной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | Разминка в движении. Тестирование челночного бега на 3х10 м. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать, как сдается тестирование челночного бега 3х10 м. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | ***Коммуникативные:***сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать умения адекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.***Познавательные:***уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование челночного бега 3х10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, мешочки для метания, 3 конуса  | Узнать, какие метательные предметы используются в спорте |
| 94 |  |  | Тестирование метания мешочка на дальность | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, информационно-коммуникационные  | Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирования мешочка на дальность. Повторение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать, как сдается тестирование метания мешочка на дальность. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | ***Коммуникативные:***сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.***Регулятивные:***  формировать умения адекватно понимать оценкувзрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.***Познавательные:***уметь выполнять разминку,направленную на развитие координации движений, сдавать тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, мешочки (мячи) для метания | Повторять подъемы туловища не менее 30 раз в день |
| **Подвижные игры** |
| 95 |  |  | Командная подвижная игра «Хвостики» | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, педагогики сотрудничества | Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Разучивание правил командной подвижной игры «Хвостики». Повторение подвижной игры «Совушка» | Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Хвостики» и «Совушка» | Знать, что такое координация движений, для чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка» | ***Коммуникативные:***слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации***Регулятивные:***  формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт.***Познавательные:***уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Секундомер, свисток, ленточки длиной 30 см двух цветов для каждого ученика | Повторить названия различных птиц |
| 96 |  |  | Русская народная подвижная игра «Горелки» | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, педагогики сотрудничества | Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Повторение правил подвижной игры «Горелки». Разучивание подвижной игры «Игра в птиц».  | Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц» | Знать правила игры «Горелки» и стихотворное сопровождение к ней. Уметь играть в подвижную игру «Игра в птиц» | ***Коммуникативные:***слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:***  формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт.***Познавательные:***уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц» | Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, 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  | Секундомер, свисток | Найти информацию о том, какие птицы существуют, знать как можно больше их названий |
| 97 |  |  | Командные подвижные игры | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, педагогики сотрудничества | Проведение разминки в движении. Повторение правил подвижной игры «Хвостики». Разучивание подвижной игры «День и ночь» | Разминка в движении. Подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь» | Знать правила игры «День и ночь», понимать, что значит команда. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики» | ***Коммуникативные:***слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:***  формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; контролировать свою деятельность по результату. ***Познавательные:***уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Секундомер, свисток, ленточки длиной 30 см двух цветов для каждого ученика | Вспомнить, какие подвижные игры с мячом существуют |
| 98 |  |  | Подвижные игры с мячом | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, информационно-коммуни-кационные, развития умственных действий и творческих способностей | Проведение разминки в движении. Повторение правил подвижных игр «Ловишка», «Вышибалы». Разучивание игры «Игра в птиц с мячом» | Разминка в движении. Подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом» | Знать игры, в которых используется мяч, правила игр «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:***  формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.***Познавательные:***уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Секундомер, свисток, мячи | Придумать, во что поиграть в последний день занятий |
| 99 |  |  | Подвижные игры | Репродуктивный урок | Здоровьесбережения, информационно-коммуни-кационные, развития навыков обобщения и систематизации знаний, самодиагностики | Проведение разминки в виде подвижной игры «Салки», 3-4 подвижных игр по желанию учеников. Подведение итогов учебного года | Разминка в виде салок. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов учебного года | Знать, как выбирать подвижные игры, как подводить итоги учебного года | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения. ***Регулятивные:*** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль.***Познавательные:***уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги учебного года | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Секундомер, свисток, инвентарь для игр | Летом больше гулять, купаться, кататься на велосипедах, самокатах, роликах и т.д. |