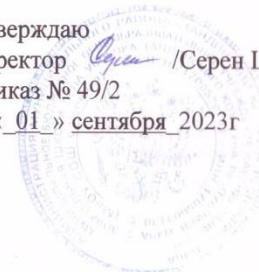


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СЕЛА УСПЕНКА ТАНДИНСКОГО КОЖУУНА РЕСПУБЛИКИ ТЫВА
(МБОУ СОШ с. Успенка)

668310, с. Успенка, ул. Оюн Сенгижик, д 22.
е – mail:tyva school_66@mail.ru
Успенка

Принято
решением педагогического совета
Протокол №1
от « 31 » августа 2023г

Утверждаю
Директор  /Серен Ш.К./
Приказ № 49/2
от « 01 » сентября 2023г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре 3 класса

программа разработана на основе примерных программ начального общего образования

Автор программы: Лях В.И.

Уровень образования: начальное общее образование
Количество часов в неделю: 3ч
Количество часов в год: 102 ч
Уровень: базовый
Учитель: Оюн М.А.
Категория: первая

с.Успенка, 2023г

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. Учебный 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 физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

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;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точность, воспроизведение и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростные, скоростно-силовые, выносливость, гибкость) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических координационных и кондиционных способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (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 3 классе отводится 102 часа, 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 (4 ч)

Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Пас и его значение для спортивных игр с мячом. Закаливание. Волейбол как вид спорта.

В результате изучения темы учащиеся научатся:

- Выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры;
- Выполнять строевые упражнения;
- Проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
- Давать ответы на вопросы к рисункам в учебнике.

Учащиеся получат возможность научиться:

- Выполнять существующие варианты паса мяча ногами;

- Соблюдать правила спортивной игры «Футбол»;
- Различать особенности игры волейбол, футбол;
- Выполнять футбольные и волейбольные упражнения;
- Анализировать правила безопасности при проведении закаливающих процедур;
- Давать оценку своему уровню закаленности с помощью тестового задания «Проверь себя»;
- Анализировать ответы своих сверстников.

1. Гимнастика с элементами акробатики (34 ч)

Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Тестирование виса на время. Кувырок вперед. Кувырок вперед с разбега и через препятствие. Варианты выполнения кувырка вперед. Кувырок назад. Кувырки. Круговая тренировка. Стойка на голове. Стойка на руках. Круговая тренировка. Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине. Лазанье и перелезание по гимнастической стенке. Прыжки в скакалку. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в три приема. Круговая тренировка. Упражнения на гимнастическом бревне. Упражнения на гимнастических кольцах. Круговая тренировка. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. Варианты вращения обруча. Круговая тренировка. Тестирование виса на время. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с.

В результате изучения темы учащиеся научатся:

- Составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, гибкости и координации;
- Вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;
- Выполнять строевые упражнения;
- Выполнять разминки в движении, на месте, с мешочками, с резиновыми кольцами, с обручами, с гимнастической палкой, с гимнастической скамейкой, на гимнастической скамейке, на матах, с мячом;
- Выполнять разминки, направленные на развитие координации движений и гибкости, прыжковую разминку, разминку в парах, у гимнастической стенки;
- Выполнять упражнения на внимание и равновесие;
- Выполнять наклон вперед из положения стоя и сидя, шпагаты, отжимания, подъем туловища из положения лежа;
- Выполнять перекаты, кувырок вперед, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад;
- Проходить станции круговой тренировки;
- Выполнять стойку на голове и руках, мост, стойку на лопатках;
- Прыгать со скакалкой, через скакалку и в скакалку;
- Прыгать в скакалку в тройках;
- Выполнять вращение обруча.

Учащиеся получат возможность научиться:

- Правилам тестирования наклона вперед из положения стоя;
- Правилам тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись;
- Правилам тестирования виса на время;

- Выполнять различные упражнения на кольцах бревне;
- Выполнять различные варианты вращения обруча;
- Правилам тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с;
- Правильно оценивать свое самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками;
- Определять основные показатели физического развития и физических способностей и выявлять их прирост в течение учебного года;
- Записывать результаты контрольных упражнений в дневник самоконтроля;
- Давать оценку своим навыкам самоконтроля с помощью тестового задания «Проверь себя».

3. Легкая атлетика (29 ч)

Тестирование бега на 30м с высокого старта. Техника челночного бега. Тестирование челночного бега 3х10м. Способы метания мешочка (мяча) на дальность. Тестирование метания мешочка на дальность. Прыжок в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега на результат. Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега. Тестирование метания малого мяча на точность. Тестирование прыжка в длину с места. Полоса препятствий. Усложненная полоса препятствий. Прыжок в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту с прямого разбега на результат. Прыжок в высоту спиной вперед. Прыжки на мячах-хопах. Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу». Броски набивного мяча правой и левой рукой. Тестирование прыжка в длину с места. Тестирование метания малого мяча на точность. Беговые упражнения. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Тестирование челночного бега 3х10 м. Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность. Бег на 100 м.

В результате изучения темы учащиеся научатся:

- Технике высокого старта;
- Технике метания мешочка (мяча) на дальность;
- Пробежать дистанцию 30 м;
- Выполнять челночный бег 3х10 м на время;
- Прыгать в длину с места и с разбега;
- Прыгать в высоту с прямого разбега;
- Прыгать в высоту спиной вперед;
- Прыгать на мячах-хопах;
- Бросать набивной мяч (весом 1 кг) на дальность способом «снизу», «от груди», «из-за головы», правой и левой рукой;
- Метать мяч на точность;
- Проходить полосу препятствий.

Учащиеся получат возможность научиться:

- Правилам соревнований в беге, прыжках, метаниях;
- Демонстрировать вариативное выполнение упражнений в ходьбе;
- Применять вариативные упражнения в ходьбе для развития координационных способностей;
- Описывать технику беговых упражнений
- Осваивать технику бега различными способами
- Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.
- 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.
- Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений
- Описывать 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.

4. Подвижные и спортивные игры (34 ч)

Пас ногами и руками, передача мяча через волейбольную сетку различными способами, введение мяч из-за боковой, броски и ловля мяча различными способами, футбольные упражнения, стойка баскетболиста, ведение мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, эстафеты, броски мяча в баскетбольное кольцо различными способами, подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки», «Салки – дай руку», «Прерванные пятнашки», «Собачки», «Собачки ногами», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Вышибалы», «Антивышибалы», «Белые медведи», «Волк во рву», «Ловля обезьян с мячом», «Перестрелка», «Пустое место», «Осада города», «Подвижная цель», «Совушка», «Удочка», «Салки с домиками», «Перебежки с мешочком на голове», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Накаты», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Штурм», «Ловишка на хобах», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Вызов», «Командные хвостики», «Круговая охота», «Флаг на башне», «Марш с закрытыми глазами», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

В результате изучения темы учащиеся научатся:

- Давать пас ногами и руками;
- Выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из-за боковой;
- Выполнять броски и ловлю мяча различными способами;
- Выполнять футбольные упражнения, стойку баскетболиста;
- Выполнять ведение мяча на месте, в движении, правой и левой рукой;
- Участвовать в эстафетах;
- Бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами;
- Играть в подвижные игры.

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;
- Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр;
- Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности;
- Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения;
- Развивать физические качества.

Тематическое планирование

Распределение учебных часов по разделам программы

В связи с отсутствием необходимых условий 12 часов, отведенных на изучение раздела «Лыжная подготовка», и 10 часов, отведенных на изучение раздела «Плавание», перераспределены следующим образом: на гимнастику с элементами акробатики – 5 ч, на подвижные и спортивные игры – 12 ч, на легкую атлетику – 5 ч.

Количество часов, отводимых на изучение каждой темы, и количество контрольных работ по данной теме приведено в таблице.

Тема	Кол-во часов	Кол-во контрольных работ
Знания о физической культуре	5	1
Гимнастика с элементами акробатики	34	8
Легкая атлетика	29	12
Подвижные игры	34	2
Общее количество часов	102	23

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. М.: Просвещение, 2011.
4. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре. 3 класс. М.: ВАКО, 2013.
5. Подвижные игры. 1-4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2007.
6. Рабочая программа по физической культуре. 3 класс / Сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2014.
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.

Материально-техническое обеспечение

1. Библиотечный фонд:

- стандарт начального общего образования по физической культуре;
- примерные программы по учебным предметам («Физическая культура. 1-4 классы»);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;
- методические издания по физической культуре для учителей.

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 3 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 осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 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, общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, готовности 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, 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 3 класса должны:

иметь представление:

- о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
- о символике и ритуале проведения Олимпийских игр
- о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
- об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;

уметь:

- составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
- выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;
- составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;
- вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;

демонстрировать

уровень физической подготовленности (см. таблицу).

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ У р о к а	Дата проведения			Тип урока	Техно логия	Решаем ые Проблем ы	Виды деятель ности (элемен ты содержа ния, контроль)	Планируемые результаты			Инвент арь, спорти вное оборуд ование	Дом. задание
	план	факт	Тема урока					Предметные	Метапредметные УДД	Личностные УДД		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Знания о физической культуре												
1			Органи за- цион- мети- ческие требова ния на уроках физичес кой культур ы	Ком бини рова нны й урок	Здору вье сбе режен ия, инфор мацио нно- комму никац ионны е, коллек тивн ого выпол нения задан ия	Ознаком ление с организа ционно- методи ческими требован иями, применя емыми на уроках физическ ой культуры .	Организа ционно- методи ческие требован ия, применя емыми на уроках физичес кой культур ы, строевы е упражне ния	Знать, какие организа ционно методи ческие требования применяются на уроках физической культуры; выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики »	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секундомер, свисток	Приготовить спортивную форму для улицы
Легкая атлетика												
2			Тести рование бега на	Конт роль ный	Здору вье сбе режен	Разучива ние бе говой	Беговая раз- минка.	Знать, как проходит тестирование	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоцио-	Секундомер, свисток	Прочитать тексты «Что такое

			30 м с высокого старта	урок	ия, самооанализа и коррекции действий.	разминки . Проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта.	Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижные игры «Салки» и «Салки – дай руку»	бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки – дай руку»	в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки – дай руку».	нально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	, тетрадь для записей и ручка, рулетка на 30 м (при необходимости)	физическая культура» и «Твой организм» на с. 18-19 учебника
3			Техника челночного бега	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, развивающего обучения	Разучивание разминки в движении; повторение техники челночного бега; проведение подвижной игры «Прерванные пятнашки».	Разминка в движении; челночный бег, подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Секундомер, свисток	Прочитать текст «Основные внутренние органы» на с. 20 учебника
4			Тестирование челночного бега	Контрольный урок	Здоровьесбережения,	Повторение разминки в	Разминка в движении;	Знать, как проходит тестирование челночного	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	Секундомер, свисток	Прочитать текст «Скелет» на с. 21-22

			на 3x10 м		самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	движения. Проведение тестирования челночного бега на 3x10 м.	тестирование челночного бега на 3x10 м; подвижная игра «Собачки ногами»	бега 3x10 м, правила подвижной игры «Собачки ногами»	недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3x10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами».	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	тетрадь для записей и ручка, 2 футбольных мяча, рулетка на 10 м (при необходимости)	учебника
5			Способы метания мешочка (мяча) на дальность	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, коллективного выполнения задания	Разучивание беговой разминки, знакомство с техникой метания мешочка (мяча) на дальность различными способами и	Беговая разминка, различные способы метания мешочка на дальность, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, какие способы метания мешочка на дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Секундомер, свисток, мешочек (мячи) для метания по количеству занимающихся	Прочитать текст «Мышцы» на с. 22-23 учебника
6			Тестирование метания мешочка на	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа	Повторение беговой разминки,	Беговая разминка, тестирование мешочка на	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	Секундомер, свисток, тетрадь	Прочитать текст «Осанка» на с. 24-25 учебника

			дальность		нализ и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	проведение тестирования метания мешочка на дальность.	метания мешочка на дальность, подвижная игра «Собачки ногами»	дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами».	отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	для записей и ручка, мешочки (мячи) для метания, 2 футбольных мяча	
--	--	--	-----------	--	--	---	---	--	--	--	--	--

Знания о физической культуре

7-8			Пасы и его значение для спортивных игр с мячом	Изучение нового материала	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, информации коммуникативные	Разучивание разминки в движении. Знакомство с различными вариантами паса мяча. Разучивание правил спортивной игры «Футбол»	Разминка в движении. Варианты паса мяча ногой. Правила спортивной игры «Футбол»	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять различные варианты паса мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Секундомер, свисток, футбольные мячи на пару занимающихся, двое ворот	Узнать, какие футбольные клубы есть в России
-----	--	--	--	---------------------------	--	--	---	--	---	--	---	--

Подвижные и спортивные игры

9-			Спортивная	Репродук	Здоровьесбере	Повторение	Разминка в	Знать, какие варианты	Коммуникативные: с слушать и слышать друг друга, добывать	Формирование чувства гордости за	Секундомер,	Узнать названия
----	--	--	------------	----------	---------------	------------	------------	-----------------------	--	----------------------------------	-------------	-----------------

10			игра «Футбол»	тивный урок	режениа, коллективного выполнения задания, информация коммуникационные	разминки в движении и различных вариантах в паса мяча ногой. Проведение спортивной игры «Футбол»	движения. Варианты паса мяча ногой. Правила спортивной игры «Футбол»	паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять различные варианты паса мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	свою Родину и историю России, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	свисток, футбольные мячи на пару занимающихся, двое ворот	зарубежных футбольных клубов
----	--	--	---------------	-------------	--	--	--	--	---	--	---	------------------------------

Легкая атлетика

11-12			Прыжок в длину с разбега	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемное обучение, педагогическое сотрудничество	Разучивание разминки на месте. Повторение техники прыжка в длину с разбега. Повторение спортивной игры «Футбол».	Разминка на месте. Техника прыжка в длину с разбега. Спортивная игра «Футбол»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол».	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Секундомер, свисток, прыжковая яма, футбольный мяч, двое ворот	Прочитать текст «Сердце и кровеносные сосуды» на с. 33 учебника
13-14			Прыжки в длину с разбега на	Комбинированный	Здоровьесбережения,	Повторение разминки на месте. Выполне	Разминка на месте. Прыжки в длину	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слышать и слушать друг друга. Регулятивные: видеть ошибку и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла	Секундомер, свисток, прыжко	Прочитать текст «Орган зрения - глаза» на с. 35-39

			результат	урок	развивающего обучения, проблемного обучения.	ние прыжков в длину с разбега на результат.	с разбега на результат.	результат, правила подвижной игры «Собачки ногами»	исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами».	учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	вая яма, 2 футбольных мяча, рулетка	учебника
15			Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Контрольный урок	Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Разучивание разминки в движении и по кругу. Контрольное выполнение прыжков в длину с разбега. Повторение спортивной игры «Футбол».	Разминка в движении и по кругу. Контрольные прыжки в длину с разбега. Спортивная игра «Футбол»	Знать, как проходит контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками	Секундомер, свисток, рулетка, прыжковая яма, тетрадь для записей, ручка, футбольный мяч, двое ворот	Прочитать текст «Орган слуха - уши» на с. 40-41 учебника
Подвижные и спортивные игры												
16			Контрольный урок по спортивной игре «Футбол»	Контрольный урок	Здоровьесбережения, развития	Повторение разминки в движении и по кругу.	Разминка в движении и по кругу. Правила спортивной	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, как выполнять бросок из-за	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков	Секундомер, свисток, футбольный мяч,	Приготовить спортивную форму для зала

			л»		навык ов обобщ ения и систе матиз ации знани й	Повторен ие правил спортивн ой игры «Футбол », контроль ное выполне ние бросков мяча из- за боковой (аут)	ной игры «Футбол », броски мяча из- за боковой, контрол ьная игра в футбол	боковой	цели, сохранять заданную цель. Познавательные: играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам.	сотрудничества со сверстниками	двое ворот	
--	--	--	----	--	--	--	---	---------	--	--------------------------------	---------------	--

Легкая атлетика

1 7			Тестиро вание метания малого мяча на точност ь	Конт роль ный урок	Здоро вьесбе режен ия, самоа нализа и корре кции действ ий, развит ия навык ов самод иагно стики	Разучива ние разминки с малым мячом. Проведен ие тестиров ания по метанию малого мяча на точность. Проведен ие подвижн ой игры «Вышиба ль»	Разминк а с малым мячом. Тестиро вание метания малого мяча на точность . Подвиж ная игра «Вышиб алы»	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Секунд омер, свисток , малые мячи по количес тву занима ющихся .	Прочитать тексты «Орган осязания – кожа» и «Орган вкуса – язык» на с. 42-45 учебника
--------	--	--	--	-----------------------------	---	--	--	--	---	--	---	---

Гимнастика с элементами акробатики

1			Тестиро	Конт	Здоро	Разучива	Разминк	Знать, как	Коммуникативные:	Развитие мотивов	Секунд	Прочитать
---	--	--	---------	------	-------	----------	---------	------------	-------------------------	------------------	--------	-----------

8			вание наклона вперед из положения стоя	роль ный урок	вьесбе режен ия, самоа нализа и корре кции действ ий, развит ия навык ов самод иагно стики	ние разминки , направле нной на развитие гибкости. Проведен ие тестиров ания наклона вперед из положен ия стоя.	а, направле нная на развитие гибкости . Тестиро вание наклона вперед из положен ия стоя.	проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»	эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи».	учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	омер, свисток , тетрадь для записей и ручка, гимнаст ическая скамей ка, линейк а	текст «Личная гигиена» на с. 45-49 учебника
19			Тестиرو вание подъема тулови ща из положения лежа за 30 с	Конт роль ный урок	Здоро вьесбе режен ия, самоа нализа и корре кции действ ий, развит ия навык ов самод иагно стики	Повторен ие разминки , направле нной на развитие гибкости, тестиров ание подъема туловищ а	Разминк а, направле нная на развитие гибкости . Тестиро вание подъема туловищ а	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с; правила подвижной игры «Белые медведи»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секунд омер, свисток , тетрадь для записей и ручка, гимнаст ически й мат	Прочитать текст «Что нужно делать для укрепления мышц стоп» на с. 31 учебника
Легкая атлетика												
20			Тестиро вание	Конт роль	Здоро вьесбе	Разучива ние	Прыжко вая	Знать, как проходит	Коммуникативные: представлять конкретное	Развитие этических чувств,	Секунд омер,	Повторить отжимания от

			прыжка в длину с места	ный урок	режен ия, самоа нализа и корре кции действ ий, развит ия навык ов самод иагно стики	прыжков ой разминки , проведен ие тестиров ания прыжка в длину с места. Повторен ие подвижн ой игры «Волк во рву»	разминк а. Тестиро вание прыжка в длину с места. Подвиж ная игра «Волк во рву»	тестирование прыжка в длину с места; правила подвижной игры «Волк во рву»	содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирования прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву».	доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	свисток , тетрадь для записей и ручка, 2 тонких каната	пола
--	--	--	------------------------	----------	--	---	--	---	---	---	--	------

Гимнастика с элементами акробатики

2 1			Тестиро вание подтяги вания на низкой перекла дине из виса лежа согнув шись	Конт роль ный урок	Здоро вье режен ия, самоа нализа и корре кции действ ий, развит ия навык ов самод иагно стики	Повторен ие прыжков ой разминки , проведен ие тестиров ания подтягив ания на низкой переклад ине из виса лежа согнувш ись.	Прыжко вая разминк а. Тестиро вание подтягив ания на низкой переклад ине из виса лежа согнувш ись.	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись; правила подвижной игры «Волк во рву»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секунд омер, свисток , тетрадь для записей и ручка, 2 тонких каната, низкая перекла дина	Повторить вис на перекладине или гимнастическ ой стенке
2			Тестиро	Конт	Здоро	Разучива	Разминк	Знать, как	Коммуникативные:	Развитие этических	Секунд	Бросать

2			вание виса на время	роль ный урок	весьбе режен ия, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	ние разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования виса на время.	а с гимнастическим и палками. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Ловля обезьян с мячом»	проходит тестирование виса на время; правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом».	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	омер, свисток, тетрадь для записей и ручка	различные небольшие предметы (мягкие игрушки) из руки в руку. Посчитать, сколько падений предмета будет при 20 бросках. Записать результат в дневник
---	--	--	---------------------	---------------	---	--	--	---	--	---	--	--

Подвижные и спортивные игры

2 3 - 2 4			Подвижная игра «Перестрелка»	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, развивающего обучения, проблемного обучения	Разучивание разминки с мячами, повторение бросков и ловли мяча. Разучивание подвижной игры «Перестрелка»	Разминка с мячами. Броски и ловля мяча. Подвижная игра «Перестрелка»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся	Повторить прямые шпагаты
2 5			Футбольные упражнения	Комбинированный	Здоровьесбережения	Повторение разминки с мячом,	Разминка с мячом, футбол	Знать, какие футбольные упражнения бывают,	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	Секундомер, свисток,	Повторить продольные шпагаты

				й урок	ия, проблемного обучения, развивающего обучения	разучивание футбольных упражнений. Повторение подвижной игры «Перестрелка»	ные упражнения. Подвижная игра «Перестрелка»	правила подвижной игры «Перестрелка»	рабочие отношения. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка»	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	футбольные мячи по количеству занимающихся, мини-футбольные ворота	
2 6			Футбольные упражнения в парах	Изучение нового материала	Здоровьесбережения, информационно-коммуникативные, развивающего обучения	Разучивание разминки с мячами в парах, разучивание футбольных упражнений в парах, разучивание подвижной игры «Пустое место»	Разминка с мячами в парах. Футбольные упражнения в парах, подвижная игра «Пустое место»	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	Коммуникативные: управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секундомер, свисток, футбольные мячи по количеству занимающихся, мини-футбольные ворота	Придумать свое упражнение с мячом и ударом по воротам
2 7- 2 8			Различные варианты футбольных упражнений в	Репродуктивный урок	Здоровьесбережения, информационно-	Повторение разминки с мячами в парах, проведение футбольн	Разминка с мячами в парах. Футбольные упражнения в	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое	Коммуникативные: управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу, адекватно	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;	Секундомер, свисток, футбольные мячи по количес	Узнать, какие варианты футбола бывают

			парах		коммуни- кацион- ные, развива- ющего обуче- ния	ых упражне- ний в парах, повторен- ие подвиж- ной игры «Пустое место»	парах, подвиж- ная игра «Пустое место»	место»	оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»	развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	тву занима- ющихся , мини- футбол- ные ворота	
2 9			Подвижная игра «Осада города»	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки с мячом в парах. Повторение техники бросков и ловли мяча в парах. Проведение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячом в парах. Техника бросков и ловли мяча в парах. Подвижная игра «Осада города»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Секундомер, свисток, мячи, мячи на пару занимающихся, 2 гимнастические скамейки	Знать, какие осадные оружия или сооружения применялись в древности
3 0 - 3 1			Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, развивающего обучения,	Повторение разминки с мячом в парах. Разучивание упражнений с двумя	Разминка с мячом в парах, упражнения с двумя мячами в парах. Подвиж	Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со	Секундомер, свисток, мячи, мячи по количеству занимающихся, 2	Прочитать текст «Закаливание» на с. 50-51 учебника

					педагогическое сотрудничество	мячами в парах. Повторение подвижной игры «Осада города»	ная игра «Осада города»		упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города»	сверстниками в разных социальных ситуациях, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	гимнастические скамейки	
--	--	--	--	--	-------------------------------	--	-------------------------	--	---	---	-------------------------	--

Знания о физической культуре

3 2			Закаливание	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, развивающее обучение	Знакомство с закаливанием. Разучивание разминки с мячом. Повторение упражнений с двумя мячами в парах.	Закаливание. Разминка с мячом, упражнения с двумя мячами в парах. Подвижная игра «Подвижная цель»	Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся	Повторить приседания
--------	--	--	-------------	----------------------	--	--	---	---	--	--	--	----------------------

Подвижные и спортивные игры

3 3- 3 4			Ведение мяча	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, педагогическое сотрудничество, коллективные	Повторение правил закаливания и разминки с мячом. Совершенствование техники	Закаливание. Разминка с мячом, ведение мяча. Подвижная игра «Подвижная цель»	Знать правила закаливания, технику ведения мяча, правила подвижной игры «Подвижная цель»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся	Решить, во что играть на следующем уроке
-------------------	--	--	--------------	----------------------	---	---	--	--	---	---	--	--

					ого выполнения задания	ведения мяча.	цель»		закаляться, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Подвижная цель».	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
3 5- 3 6			Подвижные игры	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, педагогического сотрудничества	Разучивание разминки в движении. Проведение 2-3 подвижных игр по желанию учеников	Разминка в движении. 2-3 подвижные игры	Знать, как выбирать подвижные игры, правила этих игр	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь играть в подвижные игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секундомер, свисток, мячи, инвентарь для подвижных игр	Индивидуальные задания

Гимнастика с элементами акробатики

3 7			Кувырок вперед	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки на матах, повторение техники кувырка вперед, проведение подвижной игры «Удочка»	Разминка на матах. Техника кувырка вперед. Подвижная игра «Удочка»	Знать технику кувырка вперед, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах	Секундомер, свисток, маты, скакалка	Прочитать текст «Что нужно делать при сутулой спине» на с. 29-30 учебника и запомнить комплекс упражнений
3 8-			Кувырок	Комбинированный урок	Здоровьесбережения	Повторение	Разминка на	Знать технику	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.	Развитие мотивов учебной	Секундомер,	Прочитать текст «Что

3 9			вперед с разбега и через препятствие	рованный урок	- режениа, индивидуального обучения, развивающего обучения	разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с разбега. Разучивание кувырка вперед через препятствие	матах. Техника кувырка вперед с разбега, техника кувырка вперед через препятствие	кувырка вперед с разбега и через препятствие	Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять кувырок вперед с разбега и через препятствие	деятельности и осознание личного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	свисток , маты, гимнастическая палка	нужно делать для укрепления мышц живота и спины» на с. 30-31 учебника и запомнить комплекс упражнений
4 0- 4 1			Варианты выполнения кувырка вперед	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки на матах с резиновыми кольцами, разучивание различных вариантов выполнения кувырка вперед.	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Варианты выполнения кувырка вперед, игровое упражнение на внимание	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Секундомер, свисток , маты, резиновые кольца по количеству занимающихся , гимнастическая палка.	Прочитать текст «Что нужно делать для укрепления мышц ног» на с. 31 учебника и запомнить комплекс упражнений
4 2- 4 3			Кувырок назад	Комбинированный	Здоровьесбережения	Повторение разминки на матах	Разминка на матах с резиновыми	Знать технику кувырка назад,	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	Секундомер, свисток , маты,	Повторить дома перекаты назад-вперед в

				й урок	ия, индивидуальностного обучения, развивающег о обучения	с резиновыми кольцами . Разучивание кувырка назад, повторение подвижной игры «Удочка»	ыми кольцами. Техника кувырка назад, подвижная игра «Удочка»	правила подвижной игры «Удочка»	условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»	личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	скакалка, гимнастический мостик	группировке
4 4- 4 5			Кувырки	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, индивидуальностного обучения, развивающег о обучения	Разучивание разминки с массажным мячом («ежиком»). Совершенствование техники выполнения кувырка вперед	Разминка с массажным мячом. Кувырок вперед, кувырок назад, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе и чувств	Секундомер, свисток , 4 мата, массажные мячи по количеству занимающихся , мяч	Прочитать текст «Мозг и нервная система» на с. 54-56 учебника
4 6			Круговая тренировка	Репродуктивный урок	Здоровьесбережения,	Повторение разминки с массажным мячом.	Разминка с массажным мячом.	Знать, как проходить станции круговой тренировки,	Коммуникативные: представят ь конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на	Секундомер, свисток , 4 мата, массаж	Прочитать текст «Береги нервную систему» на с.56 учебника

					индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	ым мячом, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле»	Круговая тренировка, подвижная игра «Мяч в туннеле»	правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	ные мячи по количеству занимающихся, мяч, гимнастическая стенка	
4 7 - 4 8			Стойка на голове	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, индивидуальностного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки с гимнастическими палками. Повторение техники выполнения стойки на голове.	Разминка с гимнастическими палками. Техника выполнения стойки на голове. Подвижная игра «Парашютисты»	Знать, как выполнять стойку на голове, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять стойку на голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей и чувств	Секундомер, свисток, 4 мата, 2 гимнастические скамейки, мел для рисования кругов, 2 мяча	Прочитать текст «Что же такое эмоции» на с.57-58 учебника
4 9 - 5 0			Стойка на руках	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, индивидуальностного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки с гимнастическими палками, совершен	Разминка с гимнастическими палками. Стойка на	Знать технику выполнения стойки на голове и на руках, правила игры «Парашютист	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на голове и на руках, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;	Секундомер, свисток, 4 мата, 2 гимнастические скамей	Прочитать текст «Органы дыхания» на с.58-59 учебника

					лично стного обуче ния, разви вающего о обуче ния	ствовани е техники выполне ния стойки на голове..	голове. Стойка на руках. Подвиж ная игра «Параш ютисты» .	ы»	«Парашютисты»	формирование эстетических потребностей и чувств	ки, мел для рисован ия кругов	
5 1			Кругова я трениро вка	Ком бини рова нны й урок	Здоро вьесбе режен ия, индив идуал ьно- лично стного обуче ния, разви вающего о обуче ния	Разучива ние разминки , направле нной на сохране ние правиль ной осанки. Стойка на голове и руках. Кругова я трениро вка Подвиж ная игра «Волше бные елочки»	Знать технику выполнения стойки на голове и руках, как проходить станции круговой тренировки, правила игры «Волшебные елочки»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секунд омер, свисток , маты, гимнаст ическая палка, гимнаст ическая стенка	Прочитать текст о том, как правильно дышать, выполняя физические упражнения на с.60-62 учебника	
5 2			Прыжк и в скакалк у	Ком бини рова нны й урок	Здоро вьесбе режен ия, самоа нализа и	Разучива ние разминки со скакалка ми. Повторен	Разминк а у гимнаст ической стенки, лазанье и	Знать, какие варианты лазанья и перелезания по гимнастическ ой стенке	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; работать в группе. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и	Секунд омер, свисток , гимнаст ическая стенка,	Прочитать текст «Пища и питательные вещества» на с.63 учебника

					коррекции действий, коллективного выполнения задания	ие техники прыжков в скакалку. Проведение подвижной игры «Горячая линия»	перелезание по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белочка-защитница»	существуют, как выполнять вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	препятствий и самокоррекции. Познавательные: лазать и перелезать на гимнастической стенке, выполнять вис завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	8 мячей, низкая перекладина	
5 3- 5 4			Прыжки в скакалку в тройках	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, педагогического сотрудничества	Повторение разминки со скакалкой. Повторение прыжков в скакалку. Разучивание прыжков в скакалку в тройках.	Разминка со скакалкой. Прыжки в скакалку. Подвижная игра «Горячая линия»	Знать технику прыжков в скакалку, правила игры «Горячая линия»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Секундомер, свисток, скакалки и по количеству занимающихся	Прочитать продолжение текста «Пища и питательные вещества» на с.65 учебника и выучить правила
5			Кругова	Репр	Здорово	Повторен	Разминк	Знать, как	Коммуникативные: с	Развитие мотивов	Секунд	Измерить

5			я трениро вка	одук тивн ый урок	вьесбе режен ия, индив идуал ьно- лично стного обуче ния, пробл емног о обуче ния	ие разминки со скакалка ми, проведен ие круговой трениров ки, повторен ие подвижн ой игры «Будь остороже н»	а со скакалка ми. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в три приема. Подвиж ная игра «Будь осторож ен»	прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, правила подвижной игры «Будь осторожен»	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: прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	омер, свисток , скакалк и по количес тву занима ющихся , длинны е скакалк и для прыжко в в тройках .	рост, массу, окружность грудной клетки, записать данные в дневник с/к, принести его на следующий урок
5 6- 5 7			Упражн ения на гимнаст ических кольцах	Ком бини рова нны й урок	Здоро вьесбе режен ия, педаго гики сотру дниче ства, самоа нализа и корре кции действ ий	Проведен ие разминки , направле нной на развитие координа ции движени й, повторен ие упражне ний на гимнасти ческом бревне, повторен ие	Разминк а, направле нная на развитие координ ации движени й, прыжки в скакалку в движени и, упражне ния на гимнаст ическом бревне.	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастическ ом бревне, правила подвижной игры «Шмель»	Коммуникативные: представлят ь конкретно содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру «Шмель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Секунд омер, свисток , гимнаст ическое бревно (наполь ное), 2 мяча, гимнаст ическая палка, скакалк и	Выполнить прыжок в высоту с места, записать результат в дневник с/к

						упражнений на кольцах. голове»						
58			Круговая тренировка	Репродуктивный урок	Здоровьесбережения, индивидуальностного обучения, педагоги сотрудничества	Разучивание разминки в движении. Повторение комбинации на гимнастических кольцах. Повторение упражнений на гимнастическом бревне.	Разминка, направленная на развитие координации движений. Упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на гимнастических кольцах.	Знать, как выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Секундомер, свисток, обручи, гимнастические кольца, напольное гимнастическое бревно.	Выполнить подбрасывание малого мяча и записать результат в дневник с/к
59-60			Варианты вращения обруча	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, индивидуальностного обучения, проблемного	Разучивание разминки с обручами в движении. Повторение техники лазанья по наклонно	Разминка в движении, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные: оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные: определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной	Секундомер, свисток, 2 наклонные гимнастические скамейки, 8 мячей, гимнастическая стенка	Выполнить все тестовые задания «Проверь себя» и подсчитать сумму баллов. На с.89-90 учебника прочитать описание результатов

					обучения	й гимнастической скамейке	подвижная игра «Белочка-защитница»			справедливости и свободе		
61			Круговая тренировка	Репродуктивный урок	Здоровьесбережения, индивидуальный учебно-личностного обучения, самоанализа и коррекции действий	Повторение разминки с обручами в движении, проведение круговой тренировки, проведение 1-2 игр по желанию учеников	Разминка с обручами в движении. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. Варианты вращения обруча.	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, различные варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Секундомер, свисток, обручи, мешочки и по количеству обучающихся	Потренироваться стоять на одной ноге с закрытыми глазами
62-63			Полоса препятствий	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развития исследования	Разучивание разминки в движении. Прохождение полосы препятствий. Повторен	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка»	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о		

					довате льски х навык ов	ие подвижн ой игры «Удочка »				нравственных нормах.		
6 4 - 6 5			Усложн енная полоса препятс твий	Ком бини рова нны й урок	Здоро вьесбе режен ия, пробл емног о обуче ния, развит ия иссле довате льски х навык ов	Проведен ие разминки в движени и. Преодоле ние усложне нной полосы препятст вий. Повторен ие подвижн ой игры «Совушк а»	Разминк а в движени и. Полоса препятст вий. Подвиж ная игра «Удочка »	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости	Секунд омер, свисток , длинна я скакалк а	Повторить лазанье по канату, гимнастическ ой стенке или отжимания от пола
6 6- 6 7			Прыжок в высоту с прямого разбега	Ком бини рова нны й урок	Здоро вьесбе - режен ия, поэта пного форми рован ия умств енных действ ий,	Разучива ние разминки с гимнасти ческими скамейка ми, повторен ие техники прыжка в высоту с прямого	Разминк а в движени и. Усложне нная полоса препятст вий. Подвиж ная игра «Совуш ка»	Знать, как проходить усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости	Секунд омер, свисток , наклон ная гимнаст ическая скамей ка	Прочитать текст «Прыжок в высоту» на с.97 учебника

					пробл емног о обуче ния	разбега						
6 8			Прыжок в высоту с прямого разбега на результ ат	Комб инир ован ный урок	Здоро вьесбе - режен ия, пробл емног о обуче ния, развив ающег о обуче ния	Повторен ие разминки на гимнасти ческих скамейка х, проведен ие прыжков в высоту с прямого разбега на результат	Разминк а с гимнасти ческими скамейка ми. Прыжок в высоту с прямого разбега.	Знать, как выполняется прыжок в высоту, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секунд омер, свисток , 4 гимнаст ические скамейк и, планка и стойки для прыжко в в высоту	Выполнять ежедневно по 20 выпрыгивани й или приседаний до следующего урока
6 9			Прыжок в высоту спиной вперед	Ком бини рова нны й урок	Здоро вьесбе - режен ия, пробл емног о обуче ния, педаго гиче сотру диче	Разучива ние разминки с переверн утыми гимнасти ческими скамейка ми. Повторен ие техники прыжка в	Разминк а на гимнаст ических скамейк ах. Прыжок в высоту с прямого разбега на результ ат.	Знать, как выполняется прыжок в высоту, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжки в высоту с прямого разбега на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секунд омер, свисток , 4 гимнаст ические скамей ки, планка и стойки для прыжко в в	Стоять на одной ноге с закрытыми глазами на время. Записать лучший результат в дневник с/к

					ства	высоту спиной вперед, совершенствовани е техники прыжка в высоту с прямого разбега	Подвижная игра «Вышиб алы с кеглями»				высоту	
7 0- 7 1			Прыжки на мячах-хопах	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки в парах с мячами-хопами, совершенствовани е техники прыжков на мячах-хопах, проведение подвижной игры «Ловишка на хопах»	Разминка с переворотными гимнастическими скамейками. Прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега. Подвижная игра «Штурм»	Знать, как выполняется прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила игры «Штурм»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту спиной вперед и с разбега, играть в подвижную игру «Штурм»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секундомер, свисток, планка и стойки для прыжков в высоту, 2 гимнастические скамейки	Повторить приседания и выпрыгивания (упражнение «Лягушка»)

Подвижные спортивные игры

7 2			Эстафеты с мячом	Комбинированный	Здоровьесбережения,	Повторение разминки с мячами-	Разминка в парах с мячами -	Знать технику прыжков на мячах-хопах, правила игры	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных	Секундомер, свисток, мячи-хопы на	Придумать подвижную игру с использованием мячей-
--------	--	--	------------------	-----------------	---------------------	-------------------------------	-----------------------------	--	--	---	-----------------------------------	--

				урок	развивающего обучения, педагоги сотрудничают	хопами в парах. Проведение эстафет с мячом, подвижных игр с мячами-хопами	хопами. Прыжки на мячах-хопах. Подвижная игра «Ловишка на хопах»	«Ловишка на хопах»	убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах».	ситуациях; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	пару занимающихся, 6 стоек	хопов
7 3			Подвижные игры	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения	Разучивание беговой разминки, проведение 2-3 подвижных игр	Разминка с мячами-хопами в парах. Эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Секундомер, свисток, мячи-хопы на пару занимающихся, 10 стоек, 2 мяча	Решить, во что играть на следующем уроке
7 4 - 7 5			Подвижная игра «Осада города»	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, педагоги сотрудничают, индивидуально	Разучивание разминки с мячами, проведение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячом, техника бросков и ловля мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	Знать, как выполнять броски и ловля мяча в парах, правило подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: слушать; слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секундомер, свисток, инвентарь для подвижных игр	Делать зарядку ежедневно

7 6 - 7 7			Эстафеты с мячом	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, педагогическое сотрудничество, информационные коммуникационные	Повторение разминки с мячами, проведение эстафеты с мячом, проведение подвижных игр с мячами	Разминка с мячами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячом	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся	Повторить отжимания от пола, попробовать выполнять их, опираясь не на всю ладонь, а только на пальцы
-----------------------	--	--	------------------	----------------------	--	--	--	--	---	---	--	--

Знание о физической культуре

7 8			Волейбол как вид спорта	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, информационные коммуникационные, педагогическое сотрудничество	Разучивание разминки с мячами в парах. Знакомство с волейболом как видом спорта, разучивание волейбольных упражнений	Разминка с мячами. Подвижная игра «Пионербол». Броски мяча через волейбольную сетку.	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать учителя. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять броски через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, волейбольная сетка, 15 средних колец трех цветов	Попробовать объяснить правила подвижной игры «Пионербол» родителям
--------	--	--	-------------------------	----------------------	--	--	--	---	---	---	--	--

					диче ства	ний в парах, повторен ие подвижн ой игры «Пионер бол»				спорных ситуаций		
--	--	--	--	--	--------------	--	--	--	--	------------------	--	--

Подвижные и спортивные игры

7 9 - 8 0			Подгото вка к волейбо лу	Ком бини рова нны й урок	Здоро вьесбе - режен ия, инфор мацио нно- комму - никац ионны е, педаго гики сотру дниче ства	Повторен ие разминки с мячами в парах, разучива ние волейбол ьных упражне ний, выполняе мых через сетку.	Размин ка с мячами в парах. Спорти вная игра «Волей бол», волейбо льные упражне ния. Подвиж ная игра «Пионе рбол»	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольны е упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками		Узнать историю волейбола, фамилии известных российских волейболист ов
8 1			Контро льный урок по волейбо лу	Конт роль ный урок	Здоро вьесбе - режен ия, самоа нализа и корре кции действ	Разучива ние разминки с мячом в движени и, контроль ная проверка знаний и	Размин ка с мячами в парах. Волейб ольные упражне ния, выполн яемые через	Знать, какими бывают волейбольны е упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование чувства гордости за свою Родину,	Секундо мер, свисток, мячи по количест ву занимаю щихся, волейбол ьная сетка	Повторить шпагаты

					ий, проблемного обучения	умений из области волейбола, повторение подвижной игры «Пионербол»	сетку, подвижная игра «Пионербол»		передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками		
--	--	--	--	--	--------------------------	--	-----------------------------------	--	--	--	--	--

Легкая атлетика

8 2			Броски набивного мяча способами «от груди и снизу»	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуальностного обучения	Разучивание разминки с набивным мячом. Повторение техники броска набивного мяча способами и «от груди» и «снизу».	Разминка с мячом в движении. Знания и умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол»	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свое действие и действие партнера. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, волейбольная сетка	Прочитать текст «Броски набивного мяча» на с. 106 учебника
8 3			Броски набивного мяча правой и левой рукой	Контрольный урок	Здоровьесбережения, проблемного	Повторение разминки с набивным мячом. Повторение	Разминка с набивным мячом. Броски набивно	Знать, как выполняются броски набивного мяча способами «от груди» и	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной	Секундомер, свисток, набивные мячи (1кг) по количеству	Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине

					обучение, индивидуальности обучения	ие техники бросков набивного мяча из-за головы. Разучивание техники броска набивного мяча правой и левой рукой	го мяча способами «от груди» и «снизу» . Подвижная игра «Точно в цель»	«снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	ву занимающихся, 10 мячей	
--	--	--	--	--	-------------------------------------	--	--	--	--	--	---------------------------	--

Гимнастика с элементами акробатики

8 4			Тестирование виса на время	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки с мячом в движении. Проведение тестирования виса на время. Разучивание подвижной игры «Борьба за мяч»	Разминка с мячом в движении. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Борьба за мяч»	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Секундомер, свисток, набивные мячи (1кг) по количеству занимающихся, 10 мячей	Повторить вис на гимнастической стенке, шведской стенке или перекладине
--------	--	--	----------------------------	------------------	--	--	---	--	--	--	---	---

8 5			Тестиرو вание наклона вперед из положе ния стоя	Конт роль ный урок	Здору вьесбе режен ия, самоа нализа и коррек ции действ ий, развит ия навык ов самод иагнос тики	Повторен ие разминки с мячом в движени и, проведен ие тестирова ния наклона вперед из положен ия стоя.	Размин ка с мячом в движен ии. Тестиро вание виса на время. Подвиж ная игра «Борьба за мяч»	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секундом ер, свисток, мячи по количест ву занимаю щихся, гимнасти ческая стенка, тетрадь для записей, ручка	Знать названия российских баскетболн ых клубов
--------	--	--	---	-----------------------------	---	---	--	--	---	---	---	--

Легкая атлетика

8 6			Тестиро вание прыжка в длину с места	Конт роль ный урок	Здору вьесбе - режен ия, самоа нализа и корре кции действ ий, развит ия навык	Проведен ие разминки , направле нной на подготов ку к прыжкам в длину, проведен ие тестиров ания прыжка в	Размин ка, направл енная на подгото вку организ ма к прыжка м в длину, тестиро вание прыжка	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Секундо мер, свисток, тетрадь для записей и ручка, двое ворот для гандбола, мяч, рулетка	Повторить подтягиван ия ни низкой или высокой переклади не (по возможност и) или отжимания от пола
--------	--	--	--	-----------------------------	---	---	---	---	---	--	---	--

					ов самод иагно стики	длину с места, разучива ние спортивн ой игры «Гандбол »	в длину с места, спортив ная игра «Гандб ол»					
--	--	--	--	--	-------------------------------	--	--	--	--	--	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

8 7			Тестиро вание подъема тулови ща из положе ния лежа на спине за 30 с.	Конт роль ный урок	Здоро вьесбе - режен ия, самоа нализа и корре кции действ ий, развит ия навык ов самод иагно стики	Повторен ие разминки , направле нной на развитие координа ции движени й, тестиров ание подъема туловищ а из положен ия лежа на спине за 30 с	Размин ка, направл енная на развити е коорди нции движен ий, тестиро вание подтяги вания на низкой перекла дине из виса лежа согнув шись	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравствен-ной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секундо мер, свисток, тетрадь для записей и ручка, низкая переклад ина, мяч, двое ворот	Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине
--------	--	--	---	-----------------------------	--	---	--	---	---	---	--	--

Подвижные и спортивные игры

8 8- 8 9			Знакомс тво с баскетб олом	Изуч ение ново го	Здоро вьесбе - режен	Разучива ние разминки с мячом	Размин ка с мячом на	Знать, какие варианты бросков мяча в	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	Секундо мер, свисток, баскетбо	Повторить стойку баскетболис та
-------------------	--	--	-------------------------------------	----------------------------	-------------------------------	--	-------------------------------	---	--	--	---	--

			материала	ия, педагогическая, информация, коммуникативные	на месте и в движении. Повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо. Знакомство со спортивной игрой «Баскетбол»	месте и в движении. Броски мяча в баскетбольное кольцо. Спортивная игра «Баскетбол»	баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол»	Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	льные мячи по количеству занимающихся, баскетбольные кольца	
90		Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самостоятельности	Повторение разминки с мячом на месте и в движении. Проведение тестирования по метанию малого мяча на точность	Разминка с мячом на месте и в движении. Тестирование метания малого мяча на точность	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в баскетбол	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секундометр, свисток, тетрадь для записей и ручка, мячи по количеству занимающихся, мишень и мяч для тестирования	Повторить приседания

Подвижные и спортивные игры												
9 1- 9 2			Спортивная игра «Баскетбол»	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, педагогическое сотрудничество, коллективное выполнение задания	Разучивание разминок в движении и с мячом. Совершенствование техники бросков мяча в баскетбольное кольцо	Разминка в движении с мячом. Броски мяча в баскетбольное кольцо. Спортивная игра «Баскетбол»	Знать варианты, бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо, играть в баскетбол	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, баскетбольные кольца	Подготовить к следующему уроку спортивную форму для улицы
Легкая атлетика												
9 3			Беговые упражнения	Комбинированный урок	Здоровьесбережение, коллективное выполнение задания, развивающее обучение	Разучивание разминок в движении, проведение беговых упражнений, повторение подвижной игры «Колдунчики»	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»	Знать варианты беговых упражнений, правило подвижных игр «Колдунчик» и «Вызов»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения, играть в подвижные игры «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально – нравственной отзывчивости	Свисток	Подготовить к следующему уроку спортивную форму для улицы
9 4			Тестирование	Контроль	Здоровьесбережение	Повторение	Разминка в	Знать варианты	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать	Развитие мотивов учебной	Секундомер,	Повторять технику

			бега на 30 м с высококого старта	ьны й урок	ежения , самоанализа и самокоррекции и действий, развитие навыков самодиагностики	разминки в движении, тестирование бега на 30 м с высококого старта, повторение подвижной игры «Командные хвостики»	движения, беговые упражнения, подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»	беговых упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов»	продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения и играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»	деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	свисток, 3 разметочные фишки	высокого старта
9 5			Тестирование челночного бега 3x10 м	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и самокоррекции и действий, развитие навыков самодиагностики	Разучивание беговой разминки, поведение тестирования челночного бега 3x10 м, проведение подвижной игры «Бросай далеко,	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высококого старта Подвижная игра «Командные хвостики»	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высококого старта, правила подвижной игры «Командные хвостики»	Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высококого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секундомер, свисток, тетрадь для записей, ручка, ленточки длиной 30 см двух цветов на две команды, 3 разметочные фишки	Повторить технику поворота в челночном беге

						собирай быстрее»						
96			Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и самокоррекции и действий, развитие навыка в самодиагностики	Повторение беговой разминки. Проведение тестирования метания мешочка (мяча) на дальность.	Беговая разминка, тестирование челночного бега 3x10 м. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3x10 м, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3x10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	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, формирование установки на безопасный образ жизни	Секундомер, свисток, мячи для метания (один на пару занимающихся)	Прочитать текст «Метание мяча с места» на с. 103 учебника

Подвижные и спортивные игры

97-98			Спортивная игра «Футбол»	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогика	Разучивание разминки и движений, повторение подвиж	Беговая разминка. Тестирование метания мешочка (мяча)	Знать, как проходит тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, правила подвижной	Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной	Секундомер, свисток, тетрадь для записей, ручка, 2 мешочка (мяча)	Повторить отжимания от пола
-------	--	--	--------------------------	----------------------	--	--	---	---	---	---	---	-----------------------------

					сотрудничества	ной игры «Собачки ногами»	на дальность.	игры «Круговая охота»	цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, играть в подвижную игру «Круговая охота»	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	для метания	
99			Подвижная игра «Флаг на башне»	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, педагогическое сотрудничество, развитие умственных действий	Повторение разминки в движении, подвижная игра «Хвостики», подвижная игра «Собачки ногами», проведение подвижной игры «Флаг на башне»	Разминка в движении, подвижная игра «Хвостики», подвижная игра «Собачки ногами», спортивная игра «Футбол»	Знать правила подвижной игры «Собачки ногами», спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: играть в подвижную игру «Собачки ногами», спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секундомер, свисток, двое ворот, футбольный мяч	Повторить приседания
100			Бег на 1000 м	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и самок	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу,	Разминка, направленная на подготовку к бегу,	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие	Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, двое	Подумать, в какие спортивные игры можно поиграть на следующей

					оррекции действий, развитие навыков самодиагностики	проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол»	бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол»		Познавательные: пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	ворот, футбольный мяч	м уроке
10 1 - 10 2			Подвижные и спортивные игры	Репродуктивный урок	Здоровьесбережение, развитие навыков обобщения и систематизации знаний, педагогическое сотрудничество	Проведение беговой разминки, проведение подвижных и спортивных игр, выбранных по желанию учеников, подведение итогов года	Беговая разминка, спортивные игры, подвижная игра «Марш с закрытыми глазами»	Знать правила спортивных игр, как их выбирать, правила подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с закрытыми глазами»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Секундомер, свисток, футбольный мяч, баскетбольный мяч, средний мяч, рулетка на 20 м, 4 конуса, футбольные ворота, баскетбольные кольца	Подумать, во что играть на заключительном уроке