

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



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре 4 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 4 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 4 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- ционно- методи ческие требова ния на уроках физичес кой культур ы	Ком бини рова нные уроки	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, коллективного выполнения задания	Ознакомление с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры.	Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Знать, какие организационно-методические 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			Тестирование бега на	Контрольный	Здоровьесбережен	Разучивание беговой	Беговая разминка.	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, развития навыков самодиагностики	разминки . Проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта. Повторение подвижных игр «Салки» и «Салки – дай руку»	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», повторение подвижной	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, социальной справедливости и свободе	Секундомер, свисток	Прочитать текст «Основные внутренние органы» на с. 20 учебника

						игры «Колдунчики»						
4			Тестирование челночного бега на 3x10 м	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки в движении. Проведение тестирования челночного бега на 3x10 м.	Разминка в движении; тестирование челночного бега на 3x10 м; подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3x10 м, правила подвижной игры «Собачки ногами»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать 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»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, 2 футбольных мяча, рулетка на 10 м (при необходимости)	Прочитать текст «Скелет» на с. 21-22 учебника
5			Способы метания мешочка (мяча) на дальность	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, коллективного выполнения	Разучивание беговой разминки, знакомство с техникой метания мешочка (мяча) на дальность различными способами	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

					хадания		»					
6			Тестирование метания мешочка на дальность	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самостоягностики	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мешочка на дальность.	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность подвижной игры «Собачки ногами»	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	Коммуникативные: представляют конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, мешочки (мячи) для метания, 2 футбольных мяча	Прочитать текст «Осанка» на с. 24-25 учебника

Знания о физической культуре

7 - 8			Пас и его значение для спортивных игр с мячом	Изучение нового материала	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, информации-коммуникационные	Разучивание разминки в движении. Знакомство с различными вариантами паса мяча. Разучивание правил	Разминка в движении. Варианты паса мяча ногой. Правила спортивной игры «Футбол»	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: 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 пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»	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, умений не создавать конфликты и находить выходы из	Секундомер, свисток, футбольные мячи на пару занимающихся, двое ворот	Узнать, какие футбольные клубы есть в России
-------	--	--	---	---------------------------	---	---	---	--	--	--	---	--

					е	спортивн ой игры «Футбол »				спорных ситуаций		
Подвижные и спортивные игры												
9 - 1 0			Спорти вная игра «Футбо л»	Репр одук тивн ый урок	Здоро вьесбе режен ия, коллек тивн ого выпол нения зада ния, инфор мацио нно- комму никац ионны е	Повторен ие разминки в движени и и различны х варианто в паса мяча ногой. Проведен ие спортивн ой игры «Футбол »	Разминк а в движени и. Вариант ы паса мяча ногой. Правила спортив ной 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 пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»	Формирование чувства гордости за свою Родину и историю России, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секунд омер, свисток , футбол ьные мячи на пару занима ющихся , двое ворот	Узнать названия зарубежных футбольных клубов
Легкая атлетика												
1 1 - 1 2			Прыжок в длину с разбега	Ком бини рова нны й урок	Здоро вьесбе режен ия, пробл емног о обуче ния, педаго гики сотру дниче ства	Разучива ние разминки на месте. Повторен ие техники прыжка в длину с разбега. Повторен ие спортивн ой игры	Разминк а на месте. Техника прыжка в длину с разбега. Спортив ная 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 личностного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Секунд омер, свисток , прыжко вая яма, футбол ьный мяч, двое ворот	Прочитать текст «Сердце и кровеносные сосуды» на с. 33 учебника

						«Футбол»						
13-14			Прыжки в длину с разбега на результат	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, развивающего обучения, проблемного обучения, исследовательских навыков	Повторение разминки на месте. Выполнение прыжков в длину с разбега на результат. Повторение подвижной игры «Собачки ногами»	Разминка на месте. Прыжки в длину с разбега на результат. Подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слышать и слушать друг друга. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	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, прыжковая яма, футбол мяч, рулетка	Прочитать текст «Орган зрения - глаза» на с. 35-39 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	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,	Прочитать текст «Орган слуха - уши» на с. 40-41 учебника

					й	ие						двое	
						спорт						ворот	
						ивн							
						ой							
						иг							
						ры							
						«Ф							
						ут							
						бол							
						»							
Подвижные и спортивные игры													
1			Контро	Конт	Здоро	Повторен	Разминк	Знать, как	<i>Коммуникативные:</i> представляет	Развитие этических	Секунд	Приготовить	
6			льный	роль	вьесбе	ие	а в	проходит	ь конкретное содержание и	чувств,	омер,	спортивную	
			урок по	ный	-	разминки	движени	контрольный	излагать его в устной форме,	доброжелательности	свисток	форму для	
			спортив	урок	режен	в	и по	урок по	слушать и слышать учителя и	и эмоционально-	, футбол	зала	
			ной		ия,	движени	кругу.	футболу, как	друг друга.	нравствен-ной	ьный		
			игре		развит	и по	Правила	выполнять	<i>Регулятивные:</i> самостоятельно	отзывчивости,	мяч,		
			«Футбо		ия	кругу.	спортив	бросок из-за	формулировать познавательные	навыков	двое		
			л»		навык	Повторен	ной	боковой	цели, сохранять заданную цель.	сотрудничества со	ворот		
					ов	ие	иг		<i>Познавательные:</i> играть в	сверстниками			
					обобщ	правил	«Футбол		спортивную игру «Футбол» по				
					ения и	спортивн	»,		всем правилам				
					систе	ой иг	броски						
					матиз	«Футбол	мяча из-						
					ации	»,	за						
					знани	контроль	боковой,						
					й	ное	контроль						
						выполне	ьная						
						ние	игра в						
						бросков	футбол						
						мяча из-							
						за							
						боковой							
						(аут)							
Легкая атлетика													
1			Тестиро	Конт	Здоро	Разучива	Разминк	Знать, как	<i>Коммуникативные:</i> представляет	Развитие этических	Секунд	Прочитать	
7			вание	роль	вьесбе	ние	а с	проходит	ь конкретное содержание и	чувств,	омер,	тексты «Орган	
			метания	ный	режен	разминки	малым	тестирование	излагать его в устной форме,	доброжелательности	свисток	осязания –	
			малого	урок	ия,	с малым	мячом.	метания	слушать и слышать друг друга.	и эмоционально-	, малые	«Орган вкуса	
			мяча на		самоа	мячом.	Тестиро	малого мяча	<i>Регулятивные:</i> адекватно	нравствен-ной	мячи по	– язык» на с.	
			точност		нализа	Проведен	вание	на точность,	понимать оценку взрослого и	отзывчивости,	количес	42-45	
			ь		и	ие	метания	правила	сверстника, сохранять заданную	навыков	тву	учебника	
					корре	тестиров	малого	подвижной	цель.	сотрудничества со	занима		

					кции действий, развития навыков самодиагностики	ания по метанию малого мяча на точность. Проведение подвижной игры «Вышибалы»	мяча на точность. Подвижная игра «Вышибалы»	игры «Вышибалы»	Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»	сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; уметь не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	ющихся, мяч для метания,средний мяч	
--	--	--	--	--	---	---	---	-----------------	---	--	-------------------------------------	--

Гимнастика с элементами акробатики

18			Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперед из положения стоя.	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя.	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»	Коммуникативные: 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»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, гимнастическая скамейка, линейка	Прочитать текст «Личная гигиена» на с. 45-49 учебника
19			Тестирование подъема туловища из положения лежа за	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и корре	Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, Тести	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тести	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с; правила	Коммуникативные: представляют конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной	Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка,	Прочитать текст «Что нужно делать для укрепления мышц стоп» на с. 31 учебника

			30 с		кции действий, развития навыков самодиагностики	тестирование подъема туловища	вание подъема туловища	подвижной игры «Белые медведи»	Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	гимнастический мат	
--	--	--	------	--	---	-------------------------------	------------------------	--------------------------------	---	---	--------------------	--

Легкая атлетика

20			Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание прыжковой разминки, проведение тестирования прыжка в длину с места.	Прыжковая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места; 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 тестирования прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, 2 тонких каната	Повторить отжимания от пола
----	--	--	-------------------------------------	------------------	--	---	---	---	--	--	---	-----------------------------

Гимнастика с элементами акробатики

21			Тестирование подтягивания на низкой перекладине из	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и корре	Повторение прыжковой разминки, проведение	Прыжковая разминка. Тестирование подтягивания на	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись;	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.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной	Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка,	Повторить вис на перекладине или гимнастической стенке
----	--	--	--	------------------	---	---	--	--	---	--	---	--

			виса лежа согнувшись		кции действий, развития навыков самодиагностики	тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	правила подвижной игры «Волк во рву»	Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	2 тонких каната, низкая перекладина	
2 2			Тестирование виса на время	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования виса на время.	Разминка с гимнастическими палками. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Ловля обезьян с мячом»	Знать, как проходит тестирование виса на время; правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	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 виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка	Бросать 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	Разучивание разминки с мячами, повторение бросков	Разминка с мячами. Броски и ловля мяча. Подвижная игра	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	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;	Секундомер, свисток, мячи по количеству занима	Повторить прямые шпагаты

					обучения, проблемного обучения	и ловли мяча. Разучивание подвижной игры «Перестрелка»	«Перестрелка»	»	взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка»	развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	ющихся	
25			Футбольные упражнения	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки с мячом, разучивание футбольных упражнений. Повторение подвижной игры «Перестрелка»	Разминка с мячом, футбольные упражнения. Подвижная игра «Перестрелка»	Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, 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, футбольные мячи по количеству занимающихся, мини-футбольные ворота	Повторить продольные шпагаты
26			Футбольные упражнения в парах	Изучение нового материала	Здоровьесбережения, информационно-коммуникативные, развивающего	Разучивание разминки с мячами в парах, разучивание футбольных упражнений в парах, разучивание	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	Придумать свое упражнение с мячом и ударом по воротам

					о обуче ния	подвижн ой игры «Пустое место»					ворота	
2 7- 2 8			Различн ые вариант ы футболь ных упражне ний в парах	Репр одук тивн ый урок	Здоро вьесбе - режен ия, инфор мацио нно- комму ни- кацио нные, развив ающег о обуче ния	Повторен ие разминки с мячами в парах, проведен ие футбольн ых упражне ний в парах, повторен ие подвижн ой игры «Пустое место	Разминк а с мячами в парах. футболь ные упражне ния в парах, подвижн ая 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	Секунд омер, свисток , футбол ьные мячи по количес тву занима ющихся , мини- футбол ьные ворота	Узнать, какие варианты футбола бывают
2 9			Подвиж ная игра «Осада города»	Ком бини рова нны й урок	Здоро вьесбе - режен ия, пробл емног о обуче ния, педаго гики сотру дниче ства	Разучива ние разминки с мячом в парах. Повторен ие техники бросков и ловли мяча в парах. Подвиж ная игра «Осада города»	Разминк а с мячом в парах. Техника бросков и ловли мяча в парах. Подвиж ная 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	Секунд омер, свисток , мячи, мячи на пару занима ющихся , 2 гимнаст ические скамей ки	Знать, какие осадные оружия или сооружения применялись в древности

						«Осада города»						
30-31			Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагоги сотрудничества	Повторение разминки с мячом в парах. Разучивание упражнения с мячами в парах. Повторение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячом в парах, упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»	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 упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, 2 гимнастические скамейки	Прочитать текст «Закаливание» на с. 50-51 учебника

Знания о физической культуре

32			Закаливание	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, информационно-коммуникативные, развивающего обучения	Знакомство с закаливанием. Разучивание разминки с мячом. Повторение упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Подвижная цель»	Закаливание. Разминка с мячом, упражнения с 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 личного 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, коллективное выполнение задания	Повторение правил закаливания и разминки с мячом. Совершенствование техники ведения мяча.	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 закаляться, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся	Решить, во что играть на следующем уроке
3 5- 3 6			Подвижные игры	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, педагогическое сотрудничество	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, индивидуальный	Разучивание разминки на матах, повторение техники	Разминка на матах. Техника кувырка вперед. Подвижная игра	Знать технику кувырка вперед, правила подвижной игры	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной	Секундомер, свисток, маты, скакалка	Прочитать текст «Что нужно делать при сутулой спине» на с. 29-30 учебника и

					льно-лично стного обучения, развивающег о обучения	кувырка вперед, проведение подвижной игры «Удочка»	ная игра «Удочка»	«Удочка»	Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах		запомнить комплекс упражнений
3 8- 3 9			Кувырок вперед с разбега и через препятствие	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, развивающег о обучения	Повторение разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с разбега. Разучивание кувырка вперед через препятствие	Разминка на матах. Техника кувырка вперед с разбега, техника кувырка вперед через препятствие	Знать технику кувырка вперед с разбега и через препятствие	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 с разбега и через препятствие	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	Секундомер, свисток, маты, гимнастическая палка	Прочитать текст «Что 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	Разучивание разминки на матах с резиновыми кольцами, разучивание	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Варианты выполнения	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.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе	Секундомер, свисток, маты, резиновые кольца по количеству занима	Прочитать текст «Что нужно делать для укрепления мышц ног» на с. 31 учебника и запомнить комплекс упражнений

					ния, развивающего обучения	различных вариантов выполнения кувырка вперед, проведение игрового упражнения на внимание	кувырка вперед, игровое упражнение на внимание		Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	ющихся, гимнастическая палка, средний мяч, гимнастическая скамейка	
4 2- 4 3			Кувырок назад	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, развивающего обучения	Повторение разминки на матах с резиновыми кольцами. Разучивание кувырка назад, повторение подвижной игры «Удочка»	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Техника кувырка назад, подвижная игра «Удочка»	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Секундомер, свисток, маты, скакалка, гимнастический мостик	Повторить дома перекаты назад-вперед в группировке
4 4- 4			Кувырки	Комбинированная	Здоровьесбережения	Разучивание разминки	Разминка с массажем	Знать технику кувырка	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие мотивов учебной деятельности и	Секундомер, свисток	Прочитать текст «Мозг и нервная

5				нны й урок	режен ия, индив идуал ьно- лично стного обуче ния, развив ающег о обуче ния	с масса жн ым мячом («ежи ком »). Совер ше нство ван ие тех ники выпол не ния кувы рка вперед	ым мячом. Кув ырок вперед, кувы рок назад, подви жная игра «Мяч в туннеле »	вперед и назад, прави ла подви жной игры «Мяч в туннеле»	Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	осозна ние лично стного смысла учения; разви тие самос тоятель ности и лично й ответ ствен ности за свои посту пки на основе пред ставле ний о нрав ствен ных нормах, соци альной справ едли вости и свобо де и чувств	, 4 мата, масса жные мячи по колич ес тву зани ма ющих ся , мяч	система» на с. 54-56 учебника
4 6			Круго вая трени ровка	Репр одук тивн ый урок	Здро вьесб е- режен ия, индив идуал ьно- лично стного обуче ния, развив ающег о обуче ния	Повтор ение разми нки с масса жн ым мячом, прове ден ие круго вой трени ров ки, повтор ение подви жной игры «Мяч в туннеле»	Размин ка с масса жн ым мячом. Круго вая трени ровка, подви жная игра «Мяч в туннеле »	Знать, как прохо дить станции круго вой трени ровки, прави ла подви жной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Разви тие самос тоятель ности и лично й ответ ствен ности за свои посту пки на основе пред ставле ний о нрав ствен ных нормах, соци альной справ едли вости и свобо де; форм ирова ние эстет иче ских потре бностей, ценно стей и чувств; разви тие навы ков сотру днич ества со свер стни ками и взрос лыми в раз ных соци альных ситу ациях	Секун домер, свисток , 4 мата, масса жные мячи по колич ес тву зани ма ющих ся , мяч, гимна стич еская стенка, гимна стич еская палка	Прочит ать текст «Бере ги нерв ную систе му» на с.56 учеб ника
4 7 -			Стой ка на голове	Ком бини рова	Здро вьесб е-	Разучи вание разми нки	Размин ка с гимна ст	Знать, как выпол нять стойку на	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,	Разви тие мотив ов учеб ной деятель ности и	Секун домер, свисток	Прочит ать текст «Что же такое эмоции»

4 8				нны й урок	режен ия, индив идуал ьно- лично стного обуче ния, развив ающег о обуче ния	с гимнасти ческими палками. Повторен ие техники выполне ния, стойки на голове.	ическим и палками. Техника выполне ния стойки на голове. Подвиж ная игра «Параш ютисты»	голове, правила подвижной игры «Парашютист ы»	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»	осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей и чувств	, 4 мата, 2 гимнаст ические скамей ки, мел для рисован ия кругов, 2 мяча	на с.57-58 учебника
4 9 - 5 0			Стойка на руках	Ком бини рова нны й урок	Здоро вьесбе - режен ия, индив идуал ьно- лично стного обуче ния, развив ающег о обуче ния	Повторен ие разминки с гимнасти ческими палками, совершен ствовани е техники выполне ния стойки на голове. Разучива ние техники выполне ния стойки на руках.	Разминк а с гимнаст ическим и палками. Стойка на голове. Стойка на руках. Подвиж ная игра «Параш ютисты» »	Знать технику выполнения стойки на голове и на руках, правила игры «Парашютист ы»	Коммуникативные: сотруднича ть 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 «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование эстетических потребностей и чувств	Секунд омер, свисток , 4 мата 2 гимнаст ические скамей ки, мел для рисован ия кругов, 2 мяча, гимнаст ические палки по количес тву занима ющихся	Прочитать текст «Органы дыхания» на с.58-59 учебника
5			Кругова	Ком	Здоро	Разучива	Разминк	Знать	Коммуникативные: слушать и	Развитие	Секунд	Прочитать

1			я трениро вка	бини рова нны й урок	вьесбе - режен ия, индив идуал ьно- лично стного обуче ния, разви вающег о обуче ния	ние разминки , направле нной на сохране ние правиль ной осанки. Стойка на голове и руках. Кругова я трениро вка	а, направле нная на сохране ние правиль ной осанки. Стойка на голове и руках. Кругова я трениро вка	технику выполнения стойки на голове и руках, как проходить станции круговой тренировки, правила игры «Волшебные елочки»	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»	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 , маты, гимнаст ическая палка, гимнаст ическая стенка	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 корре кции действ ий, колле ктивн ого выпол нения задан ия	Разучива ние разминки со скакалка ми. Повторен ие техники прыжков в скакалку. Проведен ие подвижн ой игры «Горячая линия»	Разминк а у гимнаст ической стенки, лазанье и перелеза ние по гимнаст ической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на переклад ине.	Знать, какие варианты лазанья и перелезания по гимнастическ ой стенке существуют, как выполнять вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка- защитница»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; работать в группе. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: лазать и перелезать на гимнастической стенке, выполнять вис завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка- защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Секунд омер, свисток , гимнаст ическая стенка, 8 мячей, низкая переклад ина	Прочитать текст «Пища и питательные вещества» на с.63 учебника

5 3- 5 4			Прыжки в скакалку в тройках	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, педагоги сотрудничества	Повторение разминки со скакалками. Повторение прыжков в скакалку. Разучивание прыжков в скакалку в тройках.	Разминка со скакалками. 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 личностного 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 5			Круговая тренировка	Репродуктивный урок	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, проблемного обучения	Повторение разминки со скакалками, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Будь осторожен»	Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в три приема. Подвижная игра «Будь осторожен»	Знать, как прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, правила подвижной игры «Будь осторожен»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	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, скакалки и по количеству занимающихся, длинные скакалки для прыжков в тройках, длинный	Измерить рост, массу, окружность грудной клетки, записать данные в дневник с/к, принести его на следующий урок

5 6- 5 7			Упражнения на гимнастических кольцах	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, педагогическое сотрудничество, самонализ и коррекция действий	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, повторение упражнений на гимнастическом бревне, повторение упражнений на кольцах.	Разминка, направленная на развитие координации движений, прыжки в скакалку в движении и, упражнения на гимнастическом бревне.	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Шмель»	Коммуникативные: представлять 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 личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	тонкий канат. Секундомер, свисток, гимнастическое бревно (напольное), 2 мяча, гимнастическая палка, скакалки	Выполнить прыжок в высоту с места, записать результат в дневник с/к
5 8			Круговая тренировка	Репродуктивный урок	Здоровьесбережения, индивидуальное обучение, педагогика	Разучивание разминки в движении. Повторение комбинации на гимнастических кольцах.	Разминка, направленная на развитие координации движений. Упражнения на гимнастическом	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 личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Секундомер, свисток, обручи, гимнастические кольца, напольное гимнастическое бревно,	Выполнить подбрасывание малого мяча и записать результат в дневник с/к

					сотрудничества	Повторение упражнений на гимнастическом бревне, проведение круговой тренировки.	бревне, упражнения на гимнастических кольцах.			нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	мешочки по количеству занимающихся	
59-60			Варианты вращения обруча	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, проблемного обучения	Разучивание разминки с обручами в движении. Повторение техники лазанья по наклонной гимнастической скамейке.	Разминка в движении, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, подвижная игра «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 справедливости и свободе	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
61			Круговая тренировка	Репродуктивный урок	Здоровьесбережения, индивидуального	Повторение разминки с обручами в	Разминка с обручами в движении.	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке,	Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие	Секундомер, свисток, обручи, мешочки	Потренироваться стоя на одной ноге с закрытыми глазами

					льно-лично стного обучения, самоанализа и коррекции действий	движения, проведение круговой тренировки, проведение 1-2 игр по желанию учеников	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. Варианты вращения обруча.	различные варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	и по количеству обучающихся	
6 2 - 6 3			Полоса препятствий	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развития исследовательских навыков	Разучивание разминки в движении. Прохождение полосы препятствий. Повторение подвижной игры «Удочка»	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 нравственных нормах.		
6 4 - 6 5			Усложненная полоса препятствий	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного	Проведение разминки в движении. Преодоле	Разминка в движении. Полоса препятствий.	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной	Секундомер, свисток, длинная скакалка	Повторить лазанье по канату, гимнастической стенке или отжимания от пола

					обучения, развития исследовательских навыков	ние усложненной полосы препятствий. Повторение подвижной игры «Совушка»	Подвижная игра «Удочка»	«Удочка»	деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»	роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	а	
6 6- 6 7			Прыжок в высоту с прямого разбега	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения	Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега	Разминка в движении. Усложненная полоса препятствий. Подвижная игра «Совушка»	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	Секундомер, свисток, наклонная гимнастическая скамейка	Прочитать текст «Прыжок в высоту» на с.97 учебника
6 8			Прыжок в высоту с прямого разбега	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения	Повторение разминки на гимнастических скамейках	Разминка с гимнастическими скамейками.	Знать, как выполняется прыжок в высоту, правила подвижной	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и	Секундомер, свисток, 4 гимнастические	Выполнять ежедневно по 20 выпрыгиваний или приседаний

			на результат		мног о обуче ния, разви вающег о обуче ния	х, проведен ие прыжков в высоту с прямого разбега на результат	Прыжок в высоту с прямого разбега.	игры «Вышибалы с кеглями»	взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	скамейк и, планка и стойки для прыжко в в высоту	до следующего урока
6 9			Прыжок в высоту спиной вперед	Ком бини рова нны й урок	Здро вьесбе - режен ия, пробл емног о обуче ния, педаго гики сотру дниче ства	Разучива ние разминки с переверн утыми гимнасти ческими скамейка ми. Повторен ие техники прыжка в высоту спиной вперед.	Размин ка на гимнаст ических скамейк ах. Прыжо к в высоту с прямог о 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 высоту	Стоять на одной ноге с закрытыми глазами на время. Записать лучший результат в дневник с/к
7 0- 7 1			Прыжок и на мячах- хопах	Ком бини рова нны й урок	Здро вьесбе - режен ия, пробл емног о обуче	Разучива ние разминки в парах с мячами- хопами, совершен ствовани е	Размин ка с перевер нутыми гимнаст ически ми скамейк ами.	Знать, как выполняется прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила игры	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	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков	Секунд омер, свисток , планка и стойки для прыжко в в	Повторить приседания и выпрыгивания (упражнение «Лягушка»)

					ния, педагогические сотрудничества	техники прыжков на мячах-хопах, проведение подвижной игры «Ловишка на хопах»	Прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега. Подвижная игра «Штурм»	«Штурм»	высоту спиной вперед и с разбега, играть в подвижную игру «Штурм»	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	высоту, 2 гимнастические скамейки	
--	--	--	--	--	------------------------------------	--	---	---------	---	--	-----------------------------------	--

Подвижные спортивные игры

7 2			Эстафеты с мячом	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогического сотрудничества	Повторение разминки с мячами-хопами в парах. Проведение эстафет с мячом, подвижных игр с мячами-хопами	Разминка в парах с мячами-хопами. Прыжки на мячах-хопах. Подвижная игра «Ловишка на хопах»	Знать технику прыжков на мячах-хопах, правила игры «Ловишка на хопах»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение 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»	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, 6 стоек	Придумать подвижную игру с использованием мячей-хопов
7 3			Подвижные игры	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблем	Разучивание беговой разминки, проведение	Разминка с мячами-хопами в парах. Эстафет	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях;	Секундомер, свисток, мячи-хопы на пару	Решить, во что играть на следующем уроке

					мног о обуче ния	ие 2-3 подвижн ых игр	ты с мячом, подвиж ные игры с мячами -хопами	подвижных игр с мячами- хопами	правилу. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами.	формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	занима ющихся , 10 стоек, 2 мяча	
7 4 - 7 5			Подвиж ная игра «Осада города»	Ком бини рова нны й урок	Здору вьесбе - режен ия, педаго гики сотру дниче ства, индив идуал ьно- лично стного обуче ния	Разучива ние разминки с мячами, проведен ие подвижн ой игры «Осада города»	Размин ка с мячом, техника бросков и ловля мяча в парах, правило подвижной игры «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- нравствен-ной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секунд омер, свисток , инвента рь для подвиж ных игр	Делать зарядку ежедневно
7 6 - 7 7			Эстафет ы с мячом	Ком бини рова нны й урок	Здору вьесбе - режен ия, педаго гики сотру дниче ства, инфор мацио нно- комму	Повторен ие разминки с мячами, проведен ие эстафеты с мячом, проведен ие подвижн ых игр с мячами	Размин ка с мячами в парах, эстафет ы с мячом, подвиж ные игры с мячами	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами	Коммуникативные: с 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	Секунд омер, свисток , мячи по количес тву занима ющихся	Повторить отжимания от пола, попробовать выполнять их, опираясь не на всю ладонь, а только на пальцы

					никац ионны е							
Знание о физической культуре												
7 8			Волейбол как вид спорта	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, педагогического сотрудничества	Разучивание разминки с мячами в парах. Знакомство с волейболом как видом спорта, разучивание волейбольных упражнений в парах, повторение подвижной игры «Пионербол»	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 спорных ситуаций	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, волейбольная сетка, 15 средних колец трех цветов	Попробовать объяснить правила подвижной игры «Пионербол» родителям
Подвижные и спортивные игры												
7 9 - 8 0			Подготовка к волейболу	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, информационно-	Повторение разминки с мячами в парах, разучивание волейбол	Разминка с мячами в парах. Спортивная игра «Волей	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения,	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;		Узнать историю волейбола, фамилии известных российских волейболистов

					коммуникационные, педагогические сотрудничества	льных упражнений, выполняемых через сетку.	бол», волейбольные упражнения. Подвижная игра «Пионербол»	правила подвижной игры «Пионербол»	Познавательные: выполнять волейбольные упражнения, играть в подвижную игру «Пионербол»	формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками		
8 1			Контрольный урок по волейболу	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самонализа и коррекции действий, проблемного обучения	Разучивание разминки с мячом в движении, контрольная проверка знаний и умений из области волейбола.	Разминка с мячами в парах. Волейбольные упражнения, выполнение, подвижная игра «Пионербол»	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, волейбольная сетка	Повторить шпагаты
Легкая атлетика												
8 2			Броски набивного мяча способами «от груди и снизу»	Комбинированный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивиду	Разучивание разминки с набивным мячом. Повторение техники броска	Разминка с мячом в движении. Знания и умения из области	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют,	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.	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, волейбольная	Прочитать текст «Броски набивного мяча» на с. 106 учебника

					идуально-личностного обучения	набивного мяча способами и «от груди» и «снизу».	волейбола, подвижная игра «Пионербол»	правила подвижной игры «Пионербол»	Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»		сетка	
83			Броски набивного мяча правой и левой рукой	Контрольный урок	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуальностного обучения	Повторение разминки с набивным мячом. Повторение техники бросков набивного мяча из-за головы.	Разминка с набивным мячом. Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу» и подвижная игра «Точно в цель»	Знать, как выполняются броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Секундомер, свисток, набивные мячи (1кг) по количеству занимающихся, 10 мячей	Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине

Гимнастика с элементами акробатики

84			Тестирование виса на время	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа	Разучивание разминки с мячом в движении.	Разминка с мячом в движении. Тестирование	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной	Секундомер, свисток, набивные мячи (1кг) по количеству	Повторить виса гимнастической стенке, шведской стенке или
----	--	--	----------------------------	------------------	---------------------------------	--	---	---	--	---	--	---

					коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Проведение тестирования виса на время. Разучивание подвижной игры «Борьба за мяч»	виса на время. Подвижная игра «Борьба за мяч»	игры «Борьба за мяч»	Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ву занимающихся, 10 мя-чей	перекладина
85			Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки с мячом в движении, проведение тестирования наклона вперед из положения стоя. Повторение 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, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, гимнастическая стенка, тетрадь для записей, ручка	Знать названия российских баскетбольных клубов
Легкая атлетика												
86			Тестирование прыжка	Контрольный	Здоровьесбережения	Проведение разминки	Разминка, направл	Знать, как проходит тестирование	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов,	Развитие этических чувств, доброжелательности	Секундомер, свисток,	Повторить подтягивания ни

			в длину с места	урок	режен ия, самоа нализа и корре кции действ ий, развит ия навык ов самод иагно стики	, направле нной на подготов ку к прыжкам в длину, проведен ие тестиров ания прыжка в длину с места.	енная на подгото вку organiz ма к прыжка м в длину, тестиро вание прыжка в длину с места.	прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	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»	и эмоционально- нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	тетрадь для записей и ручка, двое ворот для гандбола, мяч, рулетка	низкой или высокой перекладин е (по возможност и) или отжимания от пола
--	--	--	-----------------	------	--	--	--	---	--	---	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

8 7			Тестиро вание подъема тулови ща из положе ния лежа на спине за 30 с.	Конт роль ный урок	Здору 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	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила спортивной игры «Гандбол»	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 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
--------	--	--	---	-----------------------------	--	---	--	---	---	---	--	--

							согнувшись					
Подвижные и спортивные игры												
8-8-9			Знакомство с баскетболом	Изучение нового материала	Здоровьесбережения, педагогическая сотру-дничества, информаци-онно-коммуникаци-онные	Разучивание разминки с мячом на месте и в движе-нии. Повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо. Знакомство со спортивной игрой «Баскетбол»	Разминка с мячом на месте и в движе-нии. Броски мяча в баскетбольное кольцо. Спортивная игра «Баскетбол»	Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	Секундомер, свисток, баскетбольные мячи по количеству занимающихся, баскетбольные кольца	Повторить стойку баскетболиста
90			Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный урок	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий,	Повторение разминки с мячом на месте и в движе-нии. Проведение тестирования	Разминка с мячом на месте и в движе-нии. Тестирование метания	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	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за	Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, мячи по количеству занимаю-	Повторить приседания

					развития навыков самостоятельности	ния по метанию малого мяча на точность	малого мяча на точность		мяча на точность, играть в баскетбол	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	щихся, мишень и мяч для тестирования	
--	--	--	--	--	------------------------------------	--	-------------------------	--	--------------------------------------	--	--------------------------------------	--

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, раз	Разучивание разминок в движении, проведение беговых упражнений,	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Колдунчики»	Знать варианты беговых упражнений, правило подвижных игр «Колдунчики» 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	Свисток	Подготовить к следующему уроку спортивную форму для улицы
--------	--	--	--------------------	----------------------	--	---	--	---	--	--	---------	---

					виваю щего обуче ния	повторен ие подвижн ой игры «Колдун чики»	нчики» и «Вызов »			и эмоционально – нравственной отзывчивости		
9 4			Тестиро вание бега на 30 м с высоког о старта	Кон троль ьны й урок	Здоров ьсбер ежения , самоан ализа и самоко ррекции и действ ий, развит ие навыко в самоди агности ки	Повторен ие разминки в движени и, тестиров ание бега на 30 м с высокого старта, повторен ие подвижн ой игры «Команд ные хвостики	Разминк а в движени и, беговые упражне ния, подвижн ые игры «Колдун чики» и «Вызов	Знать варианты беговых упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики » 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 и играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Секундом ер, свисток, 3 разметоч ные фишки	Повторять технику высокого старта
9 5			Тестиро вание челночн ого бега 3x10 м	Конт роль ный урок	Здоров ьсбере жения, самоан ализа и самоко ррекции и действ ий, развит	Разучив ание беговой разминк и, поведен ие тестиро вания челночн ого бега	Размин ка в движен ии, тестиро вание бега на 30 м с высоко го старта	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого 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	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за	Секундо мер, свисток, тетрадь для записей, ручка, ленточки длиной 30 см двух	Повторить технику поворота в челночном беге

					ие навыко в самоди агности ки	3x10 м.	Подвиж ная игра «Коман дные хвостик и»		тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики»	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	цветов на две команды, 3 разметоч ные фишки	
96			Тестиро вание метания мешоч- ка (мяча) на даль- ность	Конт роль ный урок	Здоров ьсбере жения, самоан ализа и самоко ррекции и действ ий, развити е навыко в самоди агности ки	Повторе ние беговой разминк и. Провед ение тестиров ания метания мешочка (мяча) на дальнос ть.	Беговая разминк а, тестиро вание челночн ого бега 3x10 м. Подвиж ная 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- нравствен-ной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Секундом ер, свисток, мячи для метания (один на пару занимаю щихся)	Прочитать текст «Метание мяча с места» на с. 103 учебника

Подвижные и спортивные игры

9 7- 9 8			Спорти вная игра «Футбо л	Ком бини рова нны й урок	Здоров ьсбере жения, пробле мног оучен ия, педаго гики сотруд	Разучив ание разминк и в движени и, повторе ние подвиж ной	Беговая размин ка. Тестиро вание метани я мешочк а (мяча) на	Знать, как проходит тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, правила подвижной игры	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.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравствен-ной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за	Секундо мер, свисток, тетрадь для записей, ручка, 2 мешочка (мяча) для	Повторить отжимания от пола
-------------------	--	--	---------------------------------------	---	--	---	---	---	---	---	---	-----------------------------------

					ничес тва	игры «Собач ки и ногами»	дальнос ть.	«Круговая охота»	Познавательные: проходить тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, играть в подвижную игру «Круговая охота»	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	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 самооценки	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение	Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на	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. Познавательные: пробегать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и	Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, двое ворот,	Подумать, в какие спортивные игры можно поиграть на следующем уроке

					ции действий, развитие навыков самодиагностики	ие бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол»	1000 м, спортивная игра «Футбол»		дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	футбольный мяч	
10 1 - 10 2			Подвижные и спортивные игры	Репродуктивный урок	Здоровьесбережения, развитие навыков обобщения и систематизации знаний, педагогики сотрудничества	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