# Муниципальное образовательное казённое учреждение средняя общеобразовательная школа пгт Лальск Лузского района Кировской области

Утверждаю:
Директор МОКУ СОШ пгт Лальск
Лузского района Кировской области
Зарубин А.А.
Приказ №от

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО «ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ» СТАНДАРТЫ ВТОРОГО ПОКОЛЕНИЯ

3 «а», «б» КЛАСС

НА 2017-2018 УЧ.Г.

Автор составитель: Суслова Н.Д., учитель физической культуры I квалификационной категории

Лальск 2017 г.

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (3 КЛАСС)

(автор учебника: Лях В.И. и др., традиционная государственная программа)

#### 1. Цель и задачи дисциплины:

**Целью** программы по физической культуре является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- 1. Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- 2. Совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- 3. Формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- 4. Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- 5. Обучение простейшим способам контроля над физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

## 2. Требования к результатам освоения дисциплины:

В процессе изучения дисциплины «Физическая культура» ученик овладевает следующими компитенциями в физкультурно-оздоровительной сфере:

- 1. оздоровительно-реабилитационная позитивное отношение к укреплению здоровья и организации здорового образа жизни;
- 2. двигательная всесторонняя физическая подготовленность и многообразие двигательного опыта;
- 3. компетентность в сфере самоконтроля и физического саморазвития представления об индивидуальных возрастных особенностях и физических возможностях.

### Обучающийся должен знать:

- 1. Общие представления о физических упражнениях и их отличии от бытовых движений и действий, правила выполнения общеразвивающих физических упражнений. Правила и приемы организующих команд.
- 2. Общие представления о физическом развитии человека, правила измерения роста и массы тела.
- 3. Общие представления о физической подготовке человека и сведения об упражнениях по её измерению. Правила измерения силы, быстроты, гибкости и координации.

- 4. Общие представления о физической нагрузке и ее связи с тренировкой систем дыхания и кровообращения.
- 5. Правила самостоятельного освоения физических упражнений.
- 6. Правила организации и проведения подвижных игр и простейших соревнований.

#### Обучающийся должен уметь:

- 1. Выполнять жизненно важные двигательные умения инавыки(ходьба, бег, прыжки) различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
- 2. Выполнять и подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.
- 3. Выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техническом уровне. Характеризовать признаки технического исправления.
- 4. Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их на игровой и соревновательной деятельности.
- 5. Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры.
- 6. Излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека.

#### 3. Содержание дисциплины:

Nº	Наименование раздела дисциплины	Кол-во часов
1	Основы знаний о физической культуре	2
2	Общеразвивающие упражнения	В процессе урока
3	Гимнастика с элементами акробатики	22
4	Легкоатлетические упражнения	19
5	Упражнения с мячом на основе спортивных игр	13
6	Лыжная подготовка	12
	Итого	68

## Тематическое планирование 3 класс

№ ypok a	проплан	ата веден ия фак т	Тема урока	Тип урока	<b>Технологи</b> и	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Предметные	Результаты Метапредметные	Личностные
Знани	иф о ки	зическо	ой культуре							
1			Вводны й инструк таж Организационно-мето-дически е требован ия на уроках физической культуры	Комби ни- рованн ый	Здоровье сбережени я, информац ионно-ком-муникаци онные, коллектив ного выполнен ия задания	Ознакомле ние учеников с организац ионно-ме тодически ми требованиями, применяем ыми на уроках физическо й культуры, повторение строевых упражнений,	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, как 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 организационнометодических требованиях,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

Легкая атлетика		повторение подвижны х игр «Ловишка » и «Колдунчи ки»			применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	
2 Инструк таж по ТБ «Легкая атлетик а» Тестирование бега на 30 м с высоког о старта	трольн бер ый ни сан за ко деі ра- на	проведение тестирован ия бега на 30 м с высокого старта, по- виагности подвижны	• '	Знать, как про- ходит тестирова- ние бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Сал- ки — дай руку»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить тестиро-	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоционально- правственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о правственных нормах, социальной справедливости и свободе

								вание бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»	
3		Техника челночн ого бега	Комби ни- рованн ый	Здоровьес бере- жения, развиваю- щего обучения, коллектив ного выполнен ия за- дания	Разучиван ие разминки в движении, повторение техники челночног о бега, проведение подвижной игры «Прерванные пятнашки», повторение подвижной игры «Колдунчики»	Разминка в движении, челночный бег, подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Коммуникативные: эффективно со- трудничать 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 «Кол- дунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоционально- нравственной отзывчивости, само- стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред- ставлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

4	Тести- рование челноч- ного бега 3 x 1 0 м	Кон- трольн ый	Здоровьес бережения, самоанали за и коррекции действий, развития навыков самодиагности ки	Повторени е разминки в движении, проведение тестирован ия челночног о бега 3 х Юм, разучивание подвижной игры «Собачки ногами»	Разминка в движении, тестирование челночного бега3 х Юм, подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как про- ходит тестирова- ние челночного бегаЗ х Юм, 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 3 х Юм, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоциональнонравственной отзывчивости
5	Способы метания мешочка (мяча) на даль- ность	Комби ни- рованн ый	Здоровьес бережения , развития ис- следовате льских навыков, коллективного выполнен ия задания	Разучиван ие беговой разминки, знакомств о с техникой метания мешочка (мяча) на дальность различным и 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	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие само- стоятельности и личной

					проведение подвижной игры «Бросай далеко, со- бирай быстрее»			различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	ответственности за свои поступки на основе пред- ставлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
6		Тести- рование метания мешочка на даль- ность	Кон- трольн ый	Здоровьес бережения, самоанали за и коррекции действий, развития навыков само-диагности ки	Повторени е беговой разминки, проведение тестирован ия метания мешочка на дальность, повторение подвижной игры «Собачки ногами»	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как проходит те- стирование ме- тания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	Коммуникативные: представлять 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, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравственной отзывчивости, самостоя- тельности и личной ответ- ственности на основе пред- ставлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

7		Спортив ная игра «Футбол »	Репрод ук- тивны й	Здоровьес береже - ния, коллектив ного выполнен ия задания, информационно-ком-муникаци онные	Повторени е разминки в движении и различных вариантов паса мяча ногой, проведение спортивной игры «Футбол»	Разминка в движении, варианты паса мяча ногой, правила спортивной игры «Футбол»	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: 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
Легкая ат.	летика								
8		Инструк таж по ТБ «Легкая атлетик а»	Комби ни- рованн ый	Здоровьес береже - ния, проблемно го обучения, педа- гогики	Разучиван ие разминки на месте, повторение техники прыжка в длину с	Разминка на месте, техника прыжка в длину с разбега, спортивная и фа «Футбол»	Знать, как вы- полнять прыжок в длину с раз- бега, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание

	в длину с разбега		<b>сотрудни</b> -чества	разбега, повторение спортивно й игры «Футбол»			условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия и действия партнеров. Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	личностного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
9	Прыжки в длину с разбега на резуль- тат	Комбин и <b>рованн</b> ый	Здоровьес бережения, проблемно го обучения, развития исследовательских навыков	Здоровьесб ереже- ния, проблемно го обучения, развития исследова- тельских навыков	Разминка на месте, прыжки в длину с разбега на результат, подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как вы- полнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами	Коммуникативные: добывать недо- стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: видеть ошибку и ис- правлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега на	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

								результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами	ситуациях, развитие самостоятельно- сти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
10	атлетик	Инструк таж по ТБ «Легкая атлетик а» Тестиро- вание метания малого мяча на точность	Кон <b>трольн</b> <b>ый</b>	Здоровьес бережения, самоанали за и коррекции действий, развития навыков само-диагности ки	Разучиван ие разминки с малым мячом, проведение тестирован ия по метанию малого мяча на точность, проведение подвижной игры «Вышибалы	Разминка с малым мячом, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы»	Знать, как про- ходит тестиро- вание метания малого мяча на точность, пра- вила подвижной игры «Вышиба- лы»	Коммуникативные: представлять 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 малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоциональнонравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и

11	астика с	элементами ак Инструк таж по ТБ «Гимнас тика с элемент ами акробат ики» Тестиро вание наклона вперед из положе- ния стоя	Кон трольн ый	Здоровьес бережения, самоанали за и коррекции действий, развития навыков само-диагности ки	Разучиван ие разминки, направлен ной на развитие гибкости, проведение тестирован ия наклона вперед из положения стоя, разучиван ие подвижной игры «Белые медведи	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Белые медведи»	Знать, как про- ходит тестиро- вание наклона вперед из поло- жения стоя, пра- вила 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»	находить выходы из спорных ситуаций  Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоциональнонравственной отзывчивости
12		Тести- рование подъема туловищ а из положе- ния	Кон трольн ый	Здоровьес береже- ния, самоанали за и коррекции действий,	Повторени е разминки, направлен ной на развитие гибкости,	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная	Знать, как про- ходит тестиро- вание подъема туловища из по- ложения лежа за 30 с, правила подвижной игры	Коммуникативные: представлять кон-кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравственной

Легкая ат	тлетика	лежа за 30 с		развития навыков само- диагности ки	проведение тестирован ия по подъему туловища из положения лежа за 30 с, повторение подвижной игры «Белые медведи»	игра «Белые медведи»	«Белые медведи»	познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»	отзывчивости, самостоя- тельности и личной ответ- ственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
13		Инструк таж по ТБ «Легкая атлетик а» Тестиро вание прыжка в длину с места	Кон трольн ый	Здоровьес береже - ния, самоанали за и коррекции действий, развития навыков само-диагности ки	Разучиван ие прыжково й разминки, проведение тестирован ия прыжка в длину с места, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Прыжковая разминка, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»	Знать, как про- ходит тестиро- вание подъема туловища из по- ложения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравственной отзывчивости, самостоя- тельности и личной ответ- ственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,

								«Белые медведи»	социальной справедливости и свободе
Гимна	астика с э	лементами акро	батики						
14		Тестирование под- тягиван ия на низкой перекла дине из виса лежа со- гнувшис ь	Кон трольн ый	Здоровьес бережения, самоанали за и коррекции действий, развития навыков само-диагности ки	Повторени е прыжково й разминки, проведение те-стировани я подтягива ния на низкой переклади не из виса лежа согнувшись, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Прыжковая разминка, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, подвижная игра «Волк во рву»	Знать, как про- ходит тестиро- вание прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравственной отзывчивости, самостоя- тельности и личной ответ- ственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
15		Тестиро- вание виса на время	Кон трольн ый	Здоровьес береже - ния, самоанали за и	Разучиван ие разминки с гимнастич ескими	Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная	Знать, как про- ходит тестирова- ние виса на вре- мя, правила подвижной игры	Коммуникативные: представлять конкретное солержание и сообщать его в устной форме слушать друг друга друга друга друга пруга Регулятивные:	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо-

				коррекции действий, развития навыков само- диагности ки	палками, проведение тести- рования виса на время, повторение подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	игра «Ловля обезьян с мячом»	«Ловля обезьян с мячом»	самостоятельно формулиповать познавательные пели алекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян смячом»	ционально- нравственной отзывчивости, самостоя- тельности и личной ответ- ственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
16		Подвиж ная игра «Осада города»	Комби ни рованн ый	Здоровьес бережения, проблемно го обучения, педагогики сотрудничества	Разучиван ие разминки с мячом в парах, повторение техники бросков и ловли мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячом в парах, техника бросков и ловли мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	Знать, как вы- полнять 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 кон- фликты и находить

Знания о физической культуре						выходы из спорных ситуаций
17 Закалив а ние	Комби ни берерованн жения, развиван щего обучения информа ионно коммуни ацион нь	о с закалива- нием, разучиван ие раз- ц минки с мячом, по- к вторение	Закаливание, разминка с мячом, упражнения с двумя мячами в парах, подвижная игра «Подвижная цель»	Знать, что такое закаливание, как можно закалять- ся и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

18		Подвиж- ные игры	Комби ни рованн ый	Здоровьес береже - ния, педагогик и сотруднич ества, развития навыков обобщени я и системати зации знаний	Разучиван ие разминки в движении, проведение 2—3 игр по желанию учеников, подведение итогов четверти	Разминка в движении, 2—3 подвижные игры, подведение итогов четверти	Знать, как выбирать подвижные игры, правила этих игр, как подводят итоги четверти	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 подводить итоги четверти	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Гимнас 19	стика с эле	Кувыро к вперед	батики Комби ни рованн ый	Здоровьес бере- жения, индиви- дуально- личност- ного обучения, развиваю щего обучения	Разучиван ие разминки на матах, повторение техники кувырка вперед, проведение подвижной игры «Удочка»	Разминка на матах, техника кувырка вперед, подвижная игра «Удочка»	Знать технику кувырка вперед, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие само- стоятельности и личной ответственности за свои поступки

									на основе пред- ставлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и
20		Вариант ы выполне ния кувырка вперед	Комби ни рованн ый	Здоровьес бере- жения, индиви- дуально- личност- ного обучения, развиваю щего обучения	Разучиван ие разминки на матах с резиновым и кольцами, разучиван ие различных вариантов выполнени я кувырка вперед, проведение игрового упражнени я на внимание	Разминка на матах с резиновыми кольцами, варианты выполнения кувырка вперед, игровое упражнение на внимание	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель- ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей,

								ценностей и чувств
21	Кувыро к назад	Комби ни рованн ый	Здоровьес бере- жения, индиви- дуально- личност- ного обучения, развиваю щего обучения	Повторени е разминки на матах с резиновым и кольцами, разучиван ие 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 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
22	<b>Кувырк</b> и	Комби ни рованн ый	Здоровьес бере- жения, индиви- дуально- личност- ного	Разучиван ие разминки с массажны м мячом («ежиком»), совер-	Разминка с массажным мячом, кувырок вперед, кувырок назад, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: определять новый уровень отношения	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие само-

			обучения, развиваю щего обучения	шенствова ние техники выполнени я кувырка вперед, повторение техники выполнени я кувырка назад, разучиван ие подвижной игры «Мяч в туннеле»			к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
23	Кругова я трениро вка	Репрод ук тивны й	Здоровьес бере- жения, индиви- дуально- личност- ного обучения, развиваю щего обучения	Повторени е разминки с массажны м мячом, проведение круговой тренировк и, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле»	Разминка с массажным мячом, круговая трени- ровка, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать, как про- ходить станции круговой трени- ровки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать 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	Развитие самостоятельно- сти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие

24	Кругова Комб	би Здоровьес	Разучиван	Разминка,	Знать, как вы-	в подвижную игру «Мяч в туннеле» Коммуникативные:	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
	я ни трениро вка ый	бере- жения, индиви- дуально- личност- ного	ие разминки, направлен ной на со-хранение правильно й осанки, повторение техники выполнени я стойки на голове и на руках, проведение круговой тренировк и, проведение подвижной игры «Волшебные елочки»	направленная на сохранение правильной осанки, стойка на голове и руках, круговая тренировка, подвижная игра «Волшебные елочки»	полнять стойку на голове и ру- ках, как прохо- дить станции круговой трени- ровки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	представлять кон- кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и ис- правлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	самостоятельно- сти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

25		Вис	Комби	Здоровьес	Повторени	Разминка,	Знать, как вы-	Коммуникативные:	Развитие
23		заве- сом		<b>Береже-</b>	-	*	·	эффективно со-	мотивов учебной
		одной и	ни	_	e	направленная на	полнять лазанье	трудничать и способствовать	l
			рованн	ния,	разминки,	сохранение	и перелезание на	продуктивной	деятельности и
		двумя	ый	педагогик	направлен	правильной осанки,	гимнастической	кооперации.	осознание
		ногами		И	ной на	лазанье и	стенке, вис	Регулятивные:	личностного
		на пе-		сотруднич	сохранение	перелезайие на гим-	завесом одной и	самостоятельно формулировать	смысла учения,
		реклади		ества,	правильно	настической стенке,	двумя ногами на	познавательные	формирование
		не		самоанали	й осанки,	вис завесом одной и	перекладине,	цели, находить и	эстетических
				за и	совершенс	двумя ногами на	правила по-	выделять необходимую	потребностей,
				коррекции	твование	перекладине,	движной игры	информацию.	ценностей и
				действий	техники	подвижная игра	«Белочка-защит-	Познавательные:	чувств
					лазанья и	«Белоч- ка-	ница»	лазать и перелезать	
					пере-	защитница»		на гимнастической	
					лезания на			стенке, висеть	
					гимнастич			завесом одной и	
					еской			двумя ногами,	
					стенке,			играть в	
					повторение			подвижную игру	
					техники			«Белочка-защит-	
					виса			ница»	
					завесом				
					одной и				
					двумя				
					ногами на				
					переклади				
					не, прове-				
					дение				
					подвижной				
					игры				
					«Белочка-				
					« <b>В</b> елочка- защитница				
					<b>»</b>				

26	Прыжки	Комби	Здоровьес	Разучиван	Разминка со	Знать технику	Коммуникативные:	Развитие
	B	ни	береже-	ие	скакалками,	прыжков в ска-	сотрудничать в ходе групповой работы.	мотивов учебной
	скакалк	рованн	ния,	разминки	прыжки в скакалку,	калку, правила	Регулятивные:	деятельности и
	y	ый	поэтапног	co	подвижная игра	подвижной игры	видеть ошибку и ис-	осознание
			0	скакалкам	«Горячая линия»	«Горячая	правлять ее по указанию взрослого,	личностного
			формиров	и, повто-	<b>F</b>	линия»	осуществлять	смысла учения,
			ания	рение		V	действие по образцу	развитие само-
			умственн	техники			и заданному правилу.	стоятельности и
			ых дей-	прыжков в			Познавательные:	личной
			ствий,	скакалку,			прыгать со	ответственности
			индивиду-	проведение			скакалкой и в	за свои поступки
			ально-	подвижной			скакалку, играть в	на основе пред-
			личност-	игры			подвижную игру	ставлений о
			ного	«Горячая			«Горячая линия»	нравственных
			обучения	линия»			WI OPN IGN SIMILINA	нормах,
			ooy iciinn					социальной
								справедливости
								и свободе, фор-
								мирование
								эстетических
								потребностей,
								ценностей и
								чувств
								чувств
27	Прыжки	Комбин	Здоровьес	Повторени	Разминка со	Знать, как вы-	Коммуникативные:	Развитие
	В	И	береже -	е разминки	скакалками,	полнять	эффективно со-	мотивов учебной
	скакалк	рованн	ния,	co	прыжки в скакалку,	прыжки в	трудничать и способствовать	деятельности и
	у в	ый	коллектив	скакалкам	прыжки в скакалку,	скалку и прыж-	продуктивной	осознание
	тройках		ного	и, повторе-	в тройках,	ки в скакалку в	кооперации, слушать и слышать друг	личностного
	Iponkax		выполнен	ние	подвижная игра	тройках, пра-	и слышать друг друга.	
			ИЯ	прыжков в	«Горячая линия»	вила подвижной	Регулятивные:	смысла учения, развитие
				_	«т орлчал липил»	игры «Горячая	проектировать траектории развития	самостоятель-
			задания,	скакалку,			через включение в	
			педаго-	разучиван		линия	новые виды	ности и личной
			гики	ие			деятельности и	ответственности

			сотрудни- чества	прыжков в скакалку в тройках, повторение подвижной игры «Горячая линия»			формы сотрудничества. Познавательные: прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
28	Лазанье по канату в три приема	Комбин и рованн ый	Здоровьес бере- жения, проблем- ного обучения, индивидуа льно- личностно го обучения	Разучиван ие разминки со скакалкам и, повторение техники прыжка в скакалку в тройках, разучивание техники лазанья по канату в три приема, разучиван ие	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:	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель- ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических

					подвижной игры «Будь осторожен »			прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	потребностей, ценностей и чувств
29		Кругова я трениро вка	Репрод ук тивны й	Здоровьес бере- жения, индиви- дуально- личност- ного обучения, проблемно го обучения	Повторени е разминки со скакалкам и, проведение круговой тренировк и, повторение подвижной игры «Будь осторожен »	Разминка со скакалками, круговая тренировка, 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 самостоятель- ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

30	Лазанье	Комбин	Здоровьес	Повторени	Разминка в	Знать технику	Коммуникативные:	Развитие
	по	И	бере-	е разминки	движении,	лазанья по на-	оречевлять содер-	мотивов учебной
	наклон-	рованн	жения,	В	варианты лазанья	клонной гимна-	жание	деятельности и
	ной	ый	проблем-	движении,	по наклонной	стической ска-	совершаемых	осознание
	гимна-		ного	разучиван	гимнастической	мейке, правила	действий.	личностного
	стическо		обучения,	ие	скамейке,	подвижной игры	Регулятивные:	смысла учения,
	й		развиваю	вариантов	подвижная игра	«Белочка-защит-	определять новый	развитие
	скамейк		щего	лазанья по	«Белочка-защит-	ница»	уровень отношения	самостоятель-
	e		обучения	наклонной	ница»	пицал	к самому себе как	ности и личной
			Обучения	гимнастич	пица//		субъекту	ответственности
				еской			деятельности.	
				скамейке,			Познавательные:	за свои поступки на основе
				повторение			лазать по	представлений о
				повторение			наклонной	представлении о нравственных
							гимнастической	-
				игры «Белочка-				нормах,
							скамейке разными	социальной
				защитница			способами, играть в	справедливости
				<b>»</b>			подвижную игру	и свободе
							«Белочка-	
							защитница»	
31	Вариант	Комбин	Здоровьес	Разучиван	Разминка с	Знать технику	Коммуникативные:	Развитие
	Ы	И	бере-	ие	обручами, лазанье	лазанья по	работать в группе, добывать	мотивов учебной
	вращени я	рованн	жения,	разминки с	по наклонной	наклонной	недостающую	деятельности и
	обруча	ый	проблем-	обручами в	гимнастической	гимнастической	информацию с	осознание
			ного	движении,	скамейке, варианты	скамейке,	помощью вопросов.	личностного
			обучения,	повторение	вращения обруча,	различные вари-	Регулятивные:	смысла учения,
			индивидуа	техники	подвижная игра	анты вращения	осуществлять действие по образцу	развитие
			льно-	лазанья по	«Перебежки с	обруча, правила		самостоятель-
			личностно	наклонной	мешочком на	подвижной игры	и заданному	ности и личной
			го	гим-	голове»	«Перебежки с	правилу, сохранять	ответственности
			обучения	настическо		мешочком на	заданную цель.	за свои поступки
				й		голове»	Познавательные:	на основе
				скамейке,		1 011011011	лазать по	представлений о
		<u> </u>		CRUMCHIKC,			наклонной	продотавлении

32		Круговая	Репрод ук	Здоровьес	повторение различных вариантов вращения обруча, разучиван ие подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	Разминка с	Знать, как про-	гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
		трениро вка	тивны	бере- жения,	е разминки с обручами	обручами в движении, круговая	ходить станции круговой трени-	уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и	мотивов учебной деятельности и
			й	индиви-	В	тренировка,	ровки, как	доказывать	осознание
				дуально-	движении,	подвижные игры	выбирать	собственное мнение. Регулятивные:	личностного
				личност-	проведение	подвиживе игры	подвижные	самостоятельно фор-	смысла учения,
				ного	круговой		игры, учитывая	мулировать	развитие
				обучения,	тре-		общие интересы	познавательные цели, находить и	самостоятель-
				самоанали	нировки,			выделять	ности и личной
				за и	проведение			необходимую информацию.	ответственности
				коррекции	1—2 игр по			Познавательные:	за свои поступки
				действий	желанию			проходить станции	на основе
					учеников			круговой	представлений о
								тренировки,	нравственных
								выбирать по-	нормах,
								движные игры и	социальной
								играть в них	справедливости
									и свободе,
									формирование
									эстетических

								потребностей, ценностей и чувств
Лыжная подгото	вка							
33	р	Комбин и рованн ый	Здоровьес бере- жения, инфор- мационно- ком- муникаци онные, коллектив ного выполнен ия за- дания	Повторени е организац ионно- методичес ких требований, применяем ых на уроках лыжной подго- товки, проверка спортивной формы и инвентаря, повторение техники ступающего и скользяще го шага на лыжах без лыжных палок	Организационно- мето- дические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и метод ее подбора, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про- дуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и вы- делять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об ор- ганизационно- методических требова ниях, применяемых на уроках лыжной подготовки, передвигаться на лыжах ступающим	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

34	Сту- пающий и скользя- щий шаг на лыжах с лыжным и палками	Комбин и рованн ый	Здоровьес бережения, коллектив ного выполнен ия задания, педагогики сотрудничества подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок	Проверка умения при- стегивать крепления, совершенс твование техники передвиже ния ступающи м и скользящи м шагом без лыжных палок, повторение техники передвижени я скользящи м и ступающи м и ступающи м и ступающи м шагом на лыжах с лыжными палками	Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	и скользящим шагом  Коммуникативные: 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: пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель- ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
----	---	-----------------------------	--	--	---	--	---	--

35	Поворот ы на лыжах пересту- панием и прыжко м	Комбин и рованн ый	Здоровьес бережения, педагогик и сотруднич ества, коллектив ного выполнен ия задания	Повторени е поворота на лыжах переступан ием, разучиван ие поворота на лыжах прыжком, повторение известных лыжных ходов	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель- ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
36	Попере- менный двухшаж - ный ход на лыжах	Комбин и рованн ый	Здоровьес береже - ния, поэтапног о формиров ания умственных действий,	Повторени е поворотов на лыжах переступан ием и прыжком, разучиван ие поперемен	Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшаж- ный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах	Знать, как вы- полнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные:	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками

27		Комбин	коллек- тивного выполне- ния задания	ного двух- шажного хода на лыжах, повторение ранее изученных лыжных ходов	п	двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
37	Одновре менный двухшаж - ный ход на лыжах	и <b>рованн</b> ый	Здоровьес береже - ния, поэтапног о формиров ания умственн ых действий, коллективного выполнения задания	Повторени е попеременного двухшажно го хода на лыжах, разучиван ие одновреме нного двух-шажного хода на лыжах, прохожден ие дистанции 1 км на лыжах	Попеременный двух- шажный ход на лыжах, одновременный двух- шажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	Коммуникативные: добывать недо- стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоционально- нравственной отзывчивости
38	Подъем «полу- елочкой	Репрод ук тивны	Здоровьес бере- жения,	Совершенс твование техники	Одновременный двух- шажный и попеременный	Знать технику изученных лыжных ходов,	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и

	» и	й	самоана-	выполнени	двухшажный	технику подъема	Регулятивные:	осознание
	«елоч-		лиза и	я из-	лыжные ходы,	«полуелочкой» и	самостоятельно	личностного
	кой»,		коррекции	ученных	подъем	«елочкой»,	формулировать	смысла учения,
	спуск		действий,	лыжных	«полуелочкой» и	технику спуска в	познавательные	развитие
	под		педа-	ходов,	«елочкой», спуск в	основной стойке	цели.	этических
	уклон в		гогики	повторение	основной стойке на	на лыжах	Познавательные:	чувств,
	основно		сотрудни-	подъема	лыжа		передвигаться од-	формирование
	й стойке		чества	«по-			новременным	установки на
	на			луелочкой			двухшажным и	безопасный и
	лыжах			» и			попеременным	здоровый образ
				«елочкой»			двухшажным	жизни
				на лыжах,			лыжными ходами,	
				повторение			подниматься на	
				спуска в			склон «по-	
				основной			луелочкой» и	
				стойке на			«елочкой»,	
				лыжах			спускаться со	
							склона в основной	
							стойке	
		10 6					74	
39	Подъем	Комбин и	Здоровьес	Совершенс	Передвижение на	Знать технику	Коммуникативные: добывать недо-	Развитие
	«лесенко	рованн	бере-	твование	лыжах различными	подъема на	стающую	мотивов учебной
	й» и	ый	жения,	техники	ходами, спуск на	склон	информацию с	деятельности и
	тормо-		самоана-	передвиже	лыжах «змейкой»,	«елочкой»,	помощью вопросов, слушать и слышать	осознание
	жение		лиза и	ния на	различные вари-	«полуелочкой»,	друг друга и	личностного
	«плугом		коррекции	лыжах,	анты подъема на	«лесенкой», тех-	учителя.	смысла учения,
	» на		действий,	повторение	склон, спуск со	нику торможния	Регулятивные:	развитие
	лыжах		педа-	техники	склона в основной	«плугом»	самостоятельно	самостоятель-
			гогики	передвиже	стойке		формулировать	ности и личной
			сотрудни-	ния на			познавательные	ответственности
			чества	лыжах			цели.	за свои поступки
				«змейкой»,			Познавательные:	на основе
				повторение			подниматься на	представлений о
				спуска на			склон «елочкой»,	нравственных

	<u> </u>	ı				<u> </u>			·	
						лыжах			«полуелочкой»,	нормах,
						«змейкой»,			«лесенкой»,	социальной
						совершен-			тормозить на	справедливости
						ствование			лыжах «плугом»	и свободе,
						техники				формирование
						подъема на				эстетических
						склон и				потребностей,
						спуска со				ценностей и
						склона на				чувств, форми-
						лыжах				рование
										установки на
										безопасный и
										здоровый образ
										жизни
40			Передви	Комбин	Здоровьес	Совершенс	Передвижение на	Знать, как пе-	Коммуникативные:	Развитие
			жение и	и <b>рованн</b>	бере-	твование	лыжах различными	редвигаться на	добывать недо- стающую	этических
			спуск на	рованн Ый	жения,	техники	ходами, спуск на	лыжах, как	информацию с	чувств,
			лыжах	ыи	самоана-	передвиже	лыжах «змейкой»,	передвигаться и	помощью вопросов,	доброжелательн
			«змейко		лиза и	ния на	различные	спускаться со	слушать и слышать друг друга и	ости и эмо-
			й»		коррекции	лыжах,	варианты подъема	склона на лыжах	учителя.	ционально -
					действий,	повторение	на склон, спуск со	«змейкой», как	Регулятивные:	нравственной
					педа-	техники	склона в основной	подниматься на	видеть ошибку и ис-	отзывчивости,
					гогики	передвиже	стойке	склон	правлять ее по	развитие умений
					сотрудни-	ния на		различными	указанию	не создавать
					чества	лыжах		способами	взрослого.	конфликты и
					<del></del>	«змейкой»,			Познавательные:	находить
						повторение			передвигаться на	выходы из
						спуска на			лыжах, спускаться	спорных
						лыжах			со склона	ситуаций, фор-
						«змейкой»,			«змейкой» и в	мирование
						совершен-			основной стойке,	эстетических
						ствование			подниматься на	потребностей,
									склон различными	ценностей и
						техники			CRION PASSIN INDIMIN	ценностеи и

41	Знакомс	Комбин и	Здоровьес	подъема на склон и спуска со склона на лыжах	» Передвижение на	Знать, как пере-	способами  Коммуникативные: добывать недо-	чувств  Коммуникативн ые: добывать
	тво с видами испытан ий ГТО. Подвиж ная игра	рованн ый	береже- ния, проблемно го обучения, педа-	твование техники передвиже ния на лыжах, повторение	лыжах, спуск на лыжах «змейкой», подвижная игра «Накаты	двигаться на лыжах, спускаться на лыжах «змей-кой», правила подвижной игры	стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Регулятивные: контролировать	недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать
	ная игра на лы- жах «Нака- ты»		гогики сотрудни- чества	передвиже ния и спуска на лыжах «змейкой», проведение подвижной игры на лыжах «Накаты		на лыжах «На- каты»	контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	свою деятельность по результату. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах
42	Спуск на лыжах со склона в низкой	Комбин и рованн ый	Здоровьес бере- жения, проблем- ного обучения,	Разучиван ие техники спуска в приседе, повторение подвижной	Спуск на лыжах в приседе, подвижная игра «Накаты», передвижение на лыжах различными	Знать технику спуска на лыжах в приседе, техни- ку передвижения на лыжах, пра-	Коммуникативные: добывать недо- стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.	«Накаты»  Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,

		I		1	T	T	T 5	1
	стойке		развиваю	игры на	ходами	вила подвижной	Регулятивные:	развитие
			щего	лыжах		игры «Накаты»	осознавать самого	самостоятель-
			обучения	«Накаты»,			себя как движущую	ности и личной
				совершен-			силу своего	ответственности
				ствование			научения, свою	за свои поступки
				техники			способность к	на основе
				пере-			преодолению пре-	представлений о
				движения			пятствий и	нравственных
				на лыжах			самокоррекции.	нормах,
							Познавательные:	социальной
							спускаться на	справедливости
							лыжах в приседе,	и свободе,
							передвигаться на	формирование
							лыжах, играть в	эстетических
							подвижную игру	потребностей,
							«Накаты»	ценностей и
								чувств
43	Прохожд	Комбин	ния,	Прохожден	Прохождение	Знать, как рас-	Коммуникативные:	Развитие
	ение дистанц	и <b>рованн</b>	развития	иe	дистанции 1,5 км на	пределять силы	устанавливать рабочие отношения,	этических
	ии 1,5км	рованн Ый	ис- сл	дистанции	лыжах, катание на	для	содействовать	чувств,
	на	ыи	едовател	1,5 км на	лыжах, спуск со	прохождения	сверстникам в	доброжелательн
	лыжах		ьс ких	лыжах,	склона в низкой	дистанции 1,5	достижении цели. <b>Регулятивные:</b>	ости и эмо-
			навыков,	проведение	стойке	км на лыжах,	самостоятельно	ционально-
			само-	катания со		технику спуска	формулировать	нравственной
			анализа и	склона в		со склона в	познавательные цели, сохранять	отзывчивости;
			коррекции	низкой		низкой стойке	заданную цель.	развитие са-
			действий	стойке,			Познавательные:	мостоятельности
			,,,	проведение			проходить ди-	и личной
				свободного			станцию 1,5 км на	ответственности
				катания			лыжах, кататься со	за свои поступки
							склона в низкой	на основе пред-
							стойке	ставлений о
								нравственных
							1	правственных

ној ГТ	цача Кон трольн ГО. ый	береже -	Повторени е ранее из- ученных лыжных	Ступающий, скользящий шаг на лыжах, попере- менный	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами,	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	нормах, социальной справедливости и свободе  Развитие этических чувств, доброжелательн
Км Ко ьн уро	онтрол ный оок по ыжной одготов	коррекции действий, развития навыков обобщения и системати зации знаний	ходов, повторение поворотов переступан ием и прыжком на лыжах, повторение техники передвиже- ния на лыжах «змейкой», повторение техники подъема на склон «лесенкой» и спуска в низкой стойке	двухшажный и одновременный двухшажный лыжные ходы, повороты переступанием и прыжком на лыжах, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой», спуск со склона в низкой стойке	как поворачиваться на лыжах переступанием и прыжками, как передвигаться на лыжах «змейкой», как подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в низкой стойке	кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой»	ости и эмо- ционально- нравственной отзывчивости, развитие са- мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред- ставлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

45	Полоса препят ствий	Комбин и <b>рованн</b> ый	Здоровьес бережения, проблемно го обучения, развития исследовательских навыков	Разучиван ие разминки в движении, прохождение полосы препятств ий, повторение подвижной игры «Удочка»	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: добывать недо- стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоционально- нравствен- ной отзывчивости
46	Усложне нная полоса препят- ствий	Комбин и рованн ый	Здоро вьесбе реже - ния, проблемно го обучения, развития исследова- тельских навыков	Проведени е разминки в движении, прохожден ие усложненн ой полосы препятств ий, повторение подвижной игры «Совушка»	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Совушка	Знать, как преодолевать усложненную полосу препят- ствий, 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 полосу препятствий, играть в	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательн ости и

							подвижную игру «Совушка»	эмоционально- нравственной отзывчивости
47	Прыжок в высоту с прямого разбега	Комбин и рованн ый	Здоровьес бережения, поэтапног о формиров ания умственных действий, проблемного обучения	Разучиван ие разминки с гимнастич ескими ска-мейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры «Вышибал ы с кеглями»	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	Знать технику прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
48	Прыжок в высоту с прямого разбега	Комбин и рованн ый	Здоровьес бере- жения, развиваю- щего	Повторени е разминки со скамейкам и, прове-	Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега на результат,	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры	Коммуникативные: представлять кон- кретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного

	на резуль- тат	обучения, проблемно го обучения	дение прыжков в высоту с прямого разбега на результат, повторение подвижной игры «Выши- балы с кеглями»	подвижная игра «Вышибалы с кеглями	«Вышибалы с кеглями»	к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
49	в высоту	оомбин и бережения, проблемно го обучения, педагогики сотрудничества	Разучиван ие разминки с перевернут ыми гимна-стическим и скамейкам и, повторение техники прыжка в высоту спиной вперед, совершенс твование техники прыжка в	Разминка с перевернутыми гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Штурм»	Знать, как прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель- ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе

50	Эстафет ы с мячом	Комбин и рованн ый	Здоровьес бережения, педагогик и сотруднич ества, проблемно го обучения	прямого разбега, разучиван ие подвижной игры «Штурм»  Разучивание разминки в парах с мячами проведение подвижной игры «Ловишка с мячом»	Разминка в парах с мячами, подвижная игра «Ловишка с мячом»	Знать пазнич-	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни  Развитие
51	Эстафет ы с мячом	и рованн ый	Здоровьес бере- жения, развиваю- щего обучения, педагогик и со- трудничес	Разучивание разминки в парах с мячами проведение подвижной игры «Ловишка с	Разминка в парах с мячами, подвижная игра «Ловишка с мячом»	Знать различ- ные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр	эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному	Развитие навыков сотруд- ничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование

			тва	мячом»			правилу. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами	установки на безопасный и здоровый образ жизни
52	Подвиж- ные игры	Комбин и <b>рованн</b> <b>ый</b>	Здоровьес бере- жения, проблем- ного обучения, развития навыков обобщени я и си- стематиза ции знаний	Разучиван ие беговой разминки, проведение 2—3 подвижны х игр, подведение итогов четверти	Беговая разминка, подвижные игры, подведение итогов четверти	Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

54	набивно- го мяча способа ми «от груди» и «снизу»	ованн бер жен про обу инд ль- лич го обу	ере- ения, роблем- рго бучения, ндивидуа но- ичностно бучения	Разучиван ие разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча способами «от груди» и «снизу», проведение подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с набивным Разминка с набивным	Знать технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: эффективно со- трудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению пре- пятствий 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 соци- альной роли обучающегося, развитие самостоятельнос ти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
	DPOCKH wasturne	ованн бер же	ере-	новторени е разминки с набивным	мячом, броски набивного мяча из-за головы, а также правой и левой	выполнения бросков на- бивного мяча	представлять кон- кретное содержание и сообщать его в устной форме,	мотивов учебной деятельности и осознание

	левой рукой	ый	обучения, индивидуа ль- но- личностно го обучения	мячом, повторение техники броска набивного мяча из-за головы, разучиван ие техники броска набивного мяча правой и левой рукой, повторение подвижной игры «Точно в цель	рукой, подвижная игра «Точно в цель»	правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	устанавливать рабочие отношения.  Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  Познавательные: бросать набивной мяч из-за головы, правой и левой ру- кой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельнос ти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
55	Тестиро- вание виса на время	Кон <b>трольн</b> <b>ый</b>	Здоровьес бережения, самоанали за и коррекции действий, развития навыков само-диагности ки	Разучиван ие разминки с мячом в движении, проведение тестирован ия виса на время, разучивание подвижной игры	Разминка с мячом в движении, тестирование виса на время, подвижная игра «Борьба за мяч»	Знать, как про- ходит тестирова- ние виса на вре- мя, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие са- мостоятельности и личной

		«Борь мяч»	ба за		«Борьба за мяч»	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
56	Сдача норм трол ый ГТО. Наклон вперёд из положен ия стоя. Тестиро вание наклона вперед из положения стоя	эдоровьес повто	тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Борьба за мяч» слона ц из ения	Знать, как про- ходит тестиро- вание наклона вперед из поло- жения стоя, пра- вила подвижной игры «Борьба за мяч»  Знать, как про- ходит тестиро- вание прыжка в длину с места, правила спор- тивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: лобывать недо- стающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: алекватно понимать оценку взрослого и сверстника сохранять заланную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперел из положения стоя играть в полвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, лоброжелательно сти и эмо- пионально- нравственной отзывчивости, сочувствия люугим пюлям, развитие са- мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах сопиальной справелливости и своболе развитие навыков сотрулни- чества со сверстниками
57	Сдача норм ГТО. Прыжок	эдиривысь приво	направленная на подготовку организ-	Знать, как про- ходит тестиро- вание прыжка в длину с места, правила спор- тивной игры	Коммуникативные: побывать нелостаю- піую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательн

	в длину. Тестиро вание прыжка в длину с места		за и коррекции действий, развития навыков само- диагности ки	ной на подготовку к прыжкам в длину, проведение тестирован ия прыжка в длину с места, разучиван ие спортивно й игры «Гандбол»	длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол»	«Гандбол»	Регулятивные: алекватно понимать опенку взрослого и сверстника сохра- нять заланную пель. Познавательные: проходить тестиро- вание прыжка в ллину с места играть в спортивную игру «Гандбол»	ости и эмо- ционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
58	Сдача норм ГТО. Подтяги вание. Тестиро вание, подтяги вания на низкой перекла дине из виса лежа согнувш ись	Кон <b>трольн</b> <b>ый</b>	Здоровьес бережения, самоанали за и коррекции действий, развития навыков само-диагности ки	Разучиван ие разминки, направлен ной на развитие координац ии движений, проведение тестирования подтягива ния на низкой переклади не из виса лежа	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, спортивная игра «Гандбол»	Знать, как про- ходит тестиро- вание подтяги- вания на низкой перекладине из виса лежа со- гнувшись, правила спортивной игры «Гандбол»	Комминикативные: с лостаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с залачами и условиями коммуникании слушать люуг люуга Регупятивные: алекватно понимать опенку взрослого и сверстника сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть	Развитие этических чувств доброжелательно сти и эмоционально- нравственной отзывчивости, развитие саиостоятельност и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и

59	Тести- рование подъема туловищ а из положе- ния лежа за 30 с	Здоровьес бережения, самоанали за и коррекции действий, развития навыков само-диагности ки	согнувшис ь, повторение спортивно й игры «Гандбол»  Повторени е разминки, направлен ной на развитие координац ии движений, проведение тестирован ия подъема туловища из положения лежа за 30 с, проведение спортивно й игры «Гандбол»	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Гандбол»	Знать как про- холит тестиро- вание полъема туповища из по- пожения лежа за 30 с правила спортивной игры «Гандбол»	В спортивную игру «Гандбол»  Коммуникативные: с лостаточной полнотой и точностью выпажать свои мысли в соответствии с залачами и условиями коммуникании слупать и слышать люуг люуга Регулятивные: алекватно понимать опенку взрослого и сверстника сохранять заланную пель. Познавательные: прохолить тестирование полъема туповиша из положения лежа на спине за 30 с играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательно сти и эмоционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельност и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
60	Сдача норм ГТО. Метание мяча.	Здоровьес бережения, самоанали за и	Повторени е разминки с мячом на месте и в движении,	Разминка с мячом на месте и в движении, тестирование метания малого мяча на	Знать, как про- ходит тестиро- вание метания малого мяча на точность, пра-	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо-

	1 1	Tr.	1		1	T	l u	условиями	
		Тестиро-	1	коррекции	проведение	точность, спор-	вила спортивной	коммуникации,	ционально-
		вание		действий,	те-	тивная игра	игры «Баскет-	слушать и слышать	нравственной
		метания		развития	стировани	«Баскетбол»	бол»	друг друга.	отзывчивости,
		малого		навыков	я по			<b>Регулятивные:</b> адекватно понимать	сочувствия
		мяча на		само-	метанию			оценку взрослого и	другим людям,
		точности		диагности	малого			сверстника, сохра-	развитие са-
				ки	мяча на			нять заданную цель.	мостоятельности
					точность,			Познавательные:	и личной
					проведение			проходить	ответственности
					спортивно			тестирование	за свои поступки
					й игры			метания малого	на основе пред-
					«Баскетбол			мяча на точность,	ставлений о
								играть в	
					<b>»</b>			спортивную игру	нравственных
								«Баскетбол»	нормах,
									социальной
									справедливости
									и свободе
61		Беговые	Комби	Здоровьес	Разучиван	Разминка в	Знать варианты	Коммуникативные:	Развитие
01		упражне	ни	бере-	ие	движении, беговые	беговых упраж-	эффективно со-	мотивов учебной
		ния	рованн	_			· ·	трудничать и способствовать	1
			ый	жения,	разминки	упражнения,	нений, правила	продуктивной	деятельности и
				коллек-	В	подвижные игры	подвижных игр	кооперации,	осознание
				тивного	движении,	«Колдунчики» и	«Колдунчики» и	слушать и слушать	личностного
				выпол-	проведение	«Вызов»	«Вызов»	друг друга. <b>Регулятивные:</b>	смысла учения,
				нения	беговых			самостоятельно фор-	принятие и
				задания,	упражнени			мулировать	освоение
				развиваю	й,			познавательные цели, находить и	социальной роли
				щего	повторение			выделять	обучающегося,
				обучения	подвижной			необходимую	развитие
					игры			информацию.	этических
					«Колдунчи			Познавательные:	чувств,
					ки»,			выполнять беговые	доброжелательн
					разучиван			упражнения, играть	ости и
					ие			в подвижные игры	эмоционально-
					nc			«Колдунчики» и	эмоционально-

62	Тестирование бега на 30 м с высоког о старта	Кон трольн ый	Здоровьес береже - ния, самоанали за и коррекции действий, развития навыков само-диагности ки	подвижной игры «Вызов»  Повторени е разминки в движении, проведение тестирован ия бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижной игры «Командные хвостики»	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Командные хвостики»	Знать, как про- ходит тестирова- ние бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Командные хвостики»	«Вызов»  Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики	нравственной отзывчивости  Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоционально- правственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о правственных нормах, социальной справедливости и свободе
63	Тести- рование челноч- ного бега 3 х 10 м	кон трольн ый	Здоровьес береже - ния, самоанали за и коррекции действий,	Разучиван ие беговой разминки, проведение тестирован ия челночног	Беговая разминка, тестирование челночного бега 3 х Юм, подвижная игра «Бросай далеко, собирай	Знать, как про- ходит тестирова- ние челночного бегаЗ х Юм, правила подвижной игры «Бросай далеко,	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравственной

				развития навыков само- диагности ки	о бега 3 х 10 м, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	быстрее»	собирай быстрее»	друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 х Юме высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	отзывчивости, самостоя- тельности и личной ответ- ственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
64		Тестиро вание метания мешочка (мяча) на даль- ность	Кон трольн ый	Здоровьес бережения, самоанали за и коррекции дей ствий, развития навыков самодиагности ки	Повторени е беговой разминки, проведение тестирования мет мешочка на дальность, разучиван ие подвижной игры «Круговая	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Круговая охота	Знать, как про- ходит тестирова- ние метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Круговая охота»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в с и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, иг-	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравс отзывчивости, самостоя- тельности и личной ответ- ственности за свои поступки на основе представлений о

65	Подвиж ная игра «Флаг на башне»	Репрод ук тивны й	Здоровьес береже - ния, педагогик и сотруднич ества, развития умственных действий	Охота»  Повторени е разминки в движении, повторение подвижной игры «Собачки ногами», проведение подвижной игры «Флаг на башне»	Разминка в движении, подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	Знать правила подвижных игр «Флаг на башне» и «Собачки но- гами»	рать в подвижную и фу «Круговая охота» оответствии с задачами  Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сотрудничать со сверстниками в совместном решении задач. Познавательные: играть в подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе твенной  Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
66	Сдача норм ГТО. Бег 1 км. Бег на 1000	Кон трольн ый	Здоровьес бережения, самоанали за и коррекции действий, развития навыков само-	Разучиван ие разминки, направлен ной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м,	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол	Знать, как про- ходит тести- рование бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям,

			диагности ки	повторение спортивно й игры «Футбол»			Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистан- цию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	развитие са- мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред- ставлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
67	Спортив ные игры	Репрод ук тивны й	Здоровьес бережения, развития навыков обобщения и системати зации знаний, педагогики сотрудничества	Проведени е беговой разминки, проведение спортивных игр, выбранны х по желанию учеников, разучиван ие подвижной игры «Марш с закрытым и глазами»	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 сотруд- ничества со сверстниками, умений не создавать кон- фликты и находить выходы из спорных ситуаций

68	Подвижные и спортивные игры	Репрод ук тивны й	Здоровьес бережения, развития навыков обобщения и системати зации знаний, педагогики сотрудничества	Проведени е беговой разминки, проведение подвижны х и спортивны х игр, выбранны х по желанию учеников, подведение итогов года	Беговая разминка, подвижные и спортивные игры, подведение итогов	Знать, как выбирать и играть в подвижные и спортивные игры, как подводить итоги года	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 выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмо- ционально- нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать кон- фликты и находить выходы из спорных ситуаций

## Список литературы

- 1. *Лях В. И.* Физическая культура. 1—4 классы: Учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2011.
- 2. *Лях В.И.* Физическая культура. Рабочие программы . Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1—4 классы: Пособие для учителя. М.: Просвещение, **2011.**
- з. Планируемые результаты начального общего образования / Под ред. Г.С. Ковалевой, О.Б. Логиновой. М.: Просвещение, 2010.
- 4. Подвижные игры. 1—4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2007.
- 5. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. М.: Просвещение, 2011.
- 6. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 27Э-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Источник: «Российская газета»; федеральный выпуск № 5976 от 31.12.2012.