

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Суховская средняя общеобразовательная школа

«Утверждаю»
Приказ от 31.08.2016 № 245
Директор МБОУ Суховской СОШ
_____ / Л.А. Бабкина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень общего образования (класс) начальное общее, 4 класс

Количество часов 102 часа

Учитель Резников Алексей Васильевич

Программа разработана на основе

Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 кл.
Автор: В.И.Лях, А.А.Зданевич, М.: Просвещение, 2011 г.

2016 год

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 (восприятие и 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 (6 ч)

Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Спортивная игра «Футбол». Зарядка. Гимнастика, ее история и значение в жизни человека. Физкультминутка.

В результате изучения темы учащиеся научатся:

- Выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры;
- Выполнять строевые упражнения;
- Выполнять упражнения для утренней зарядки;

- Давать ответы на вопросы к рисункам в учебнике.

Учащиеся получают возможность научиться:

- Выполнять существующие варианты паса мяча ногами;
- Соблюдать правила спортивной игры «Футбол»;
- Выполнять футбольные и волейбольные упражнения;
- Рассказывать историю появления мяча и футбола;
- Рассказывать, что такое зарядка и физкультминутка;
- Рассказывать, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека;
- Давать оценку своим привычкам, связанными с режимом дня, с помощью тестового задания «Проверь себя»;
- Анализировать ответы своих сверстников.
- Составлять индивидуальный режим дня.
- Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.

2. Гимнастика с элементами акробатики (36 ч)

Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Тестирование подтягиваний и отжиманий. Тестирование вися на время. Кувырок вперед. Кувырок вперед с разбега и через препятствие. Кувырок назад. Круговая тренировка. Стойка на голове и на руках. Гимнастические упражнения. Висы. Лазанье по гимнастической стенке и висы. Круговая тренировка. Прыжки в скакалку. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в два приема. Круговая тренировка. Упражнения на гимнастическом бревне. Упражнения на гимнастических кольцах. Махи на гимнастических кольцах. Круговая тренировка. Вращение обруча. Круговая тренировка. Знакомство с опорным прыжком. Опорный прыжок. Контрольный урок по опорному прыжку. Тестирование вися на время. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подтягиваний и отжиманий. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с.

В результате изучения темы учащиеся научатся:

- Выполнять строевые упражнения;
- Выполнять наклон вперед из положения сидя и стоя;
- Выполнять различные варианты висов, вис с завесом одной и двумя ногами;
- Выполнять кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад;
- Выполнять стойку на голове, на руках, на лопатках;
- Выполнять мост;
- Выполнять упражнения на гимнастическом бревне;
- Выполнять упражнения на кольцах;
- Выполнять опорный прыжок;
- Проходить станции круговой тренировки;
- Лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема;
- Прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках;
- Крутить обруч;
- Выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, с мячами, с набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами;
- Подтягиваться, отжиматься.

Учащиеся получают 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».
- Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений.
- Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!».
- Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.
- Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.
- Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.
- Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений;
- Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.
- Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.
- Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.
- Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.
- Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
- Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.
- Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
- Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.

3. Легкая атлетика (28 ч)

Тестирование бега на 30м с высокого старта. Челночный бег. Тестирование челночного бега 3x10м. Тестирование бега на 60 м с высокого старта. Тестирование метания мешочка на дальность. Техника прыжка с разбега. Прыжок 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 способом «перешагивания». Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы». 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 3x10 м. Тестирование метания мешочка на дальность. Бег на 1000 м.

В результате изучения темы учащиеся научатся:

- Пробегать 30 и 60м на время;
- Выполнять челночный бег;
- Метать мешочек на дальность и мяч на точность;
- Прыгать в длину с места и с разбега;
- Прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием;
- Проходить полосу препятствий;
- Бросать набивной мяч способами «из –за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой;
- Пробегать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку.

Учащиеся получат возможность научиться:

- Правилам соревнований в беге, прыжках, метаниях;
- 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;
- Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча;
- Описывать технику метания малого мяча;
- Осваивать технику метания малого мяча;
- Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча;
- Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.

4. Подвижные и спортивные игры (32 ч)

Пас ногами и руками, низом, верхом, через волейбольную сетку, ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, удары и броски по воротам, броски и ловля мяча самостоятельно и в парах, броски мяча в баскетбольное кольцо различными способами, подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка на хобах», «Ловишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки с домиками», «Салки – дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Собачки», «Собачки ногами», «Командные собачки», «Вышибалы», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Вышибалы с ранением», «Перестрелка», «Волк во рву», «Антивышибалы», «Защита стойки»,

«Капитаны», «Осада города», «Штурм», «Удочка», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Ловля обезьян с мячом», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Игра в мяч с фигурами», «Салки и мяч», «Ловишка с мешочком на голове», «Катание колеса», «Марш с закрытыми глазами», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Командные хвостики», «Ножной мяч», 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.

| Наименование раздела | урока | Тема урока | ол-во часов |
|----------------------------------|-------|--|-------------|
| 1 четверть - 26 часов | | | |
| Знания о физической культуре | | Организационно-методические требования на уроках физической культуры | |
| Легкая атлетика | | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | |
| | | Челночный бег | |
| | | Тестирование челночного бега на 3x10 м | |
| | | Тестирование бега на 60 м с высокого старта | |
| | | Тестирование метания мешочка на дальность | |
| Подвижные и спортивные игры | | Техника паса в футболе | |
| Знания о физической культуре | -9 | Спортивная игра «Футбол» | 2 |
| Легкая атлетика | 0 | Техника прыжка в длину с разбега | |
| | 1-12 | Прыжок в длину с разбега на результат | 2 |
| | 3 | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега | |
| Подвижные и спортивные игры | 4 | Контрольный урок по футболу | |
| Легкая атлетика | 5 | Тестирование метания малого мяча на точность | |
| Гимнастика элементами акробатики | 6 | Тестирование наклона вперед из положения стоя | |
| | 7 | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с | |
| Легкая атлетика | 8 | Тестирование прыжка в длину с места | |
| Гимнастика элементами акробатики | 9 | Тестирование подтягиваний и отжиманий | |
| | 0 | Тестирование виса на время | |
| Подвижные и спортивные игры | 1 | Броски и ловля мяча в парах | |
| | 2 | Броски мяча в парах на точность | |
| | 3 | Броски и ловля мяча в парах | |
| | 4 | Броски и ловля мяча в парах у стены | |
| | | Подвижная игра «Осада города» | |

| | | | |
|---|-----------------|--|---|
| | 5 | | |
| | 6 | Броски и ловля мяча | |
| 2 четверть - 22 часа | | | |
| | 7 | Упражнения с мячом | |
| Подвижные спортивные игры | и | Ведение мяча | |
| | | Подвижные игры | 2 |
| | 9-30 | | |
| Гимнастика элементами акробатики | с | Кувырок вперед | 2 |
| | 1-32 | | |
| | 3 | Кувырок вперед с разбега и через препятствие | 1 |
| Знания о физической культуре | 4 | Зарядка | 1 |
| Гимнастика элементами акробатики | с | Кувырок назад | 2 |
| | 5-36 | | |
| | 7 | Круговая тренировка | 1 |
| | 8 | Стойка на голове и руках | 1 |
| Знания о физической культуре | 9 | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека | 1 |
| Гимнастика элементами акробатики | с | Гимнастические упражнения | 2 |
| | 0-41 | | |
| | 2 | Висы | 1 |
| | 3 | Лазанье по гимнастической стенке и висы | 1 |
| | 4 | Круговая тренировка | 1 |
| | 5 | Прыжки в скакалку | 1 |
| | 6 | Прыжки в скакалку в тройках | 1 |
| | 7-48 | Лазанье по канату в два приема | 2 |
| 3 четверть - 29 часов | | | |
| Гимнастика элементами акробатики | с | Круговая тренировка | 1 |
| | 9 | | |
| | 0-51 | Упражнения на гимнастическом бревне | 2 |
| | 2 | Упражнения на гимнастических кольцах | 1 |
| | 3 | Махи на гимнастических кольцах | 1 |
| | 4 | Круговая тренировка | 1 |
| 5 | Вращение обруча | 1 | |

| | | | |
|---|------|--|---|
| | 6 | Круговая тренировка | 1 |
| Легкая атлетика | 7-58 | Полоса препятствий | 2 |
| | 9-60 | Усложненная полоса препятствий | 2 |
| | 1-62 | Прыжок в высоту с прямого разбега | 2 |
| | 3-64 | Прыжок в высоту способом «перешагивание» | 2 |
| Знания о физической культуре | 5 | Физкультминутка | 1 |
| Гимнастика элементами акробатики | с | Знакомство с опорным прыжком | 1 |
| | 6 | Опорный прыжок | 1 |
| | 7-68 | Контрольный урок по опорному прыжку | 2 |
| Подвижные спортивные игры | и | Броски мяча через волейбольную сетку | 2 |
| | 0-71 | Подвижная игра «Пионербол» | 4 |
| | 2-73 | | |
| | 4-75 | Упражнения с мячом | 2 |
| 6-77 | | | |
| 4 четверть - 24 часа | | | |
| Подвижные спортивные игры | и | Волейбольные упражнения | 1 |
| | 8-79 | Контрольный урок по волейболу | 1 |
| | 0 | | |
| Легкая атлетика | 1 | Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы» | 1 |
| | 2 | Броски набивного мяча правой и левой рукой | 1 |
| Гимнастика элементами акробатики | с | Тестирование виса на время | 1 |
| | 3 | Тестирование наклона вперед из положения стоя | 1 |
| Легкая атлетика | 4 | Тестирование прыжка в длину с места | 1 |
| Гимнастика элементами акробатики | с | Тестирование подтягиваний и отжиманий | 1 |
| | 6 | Тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с. | 1 |
| Подвижные спортивные игры | и | Баскетбольные упражнения | 2 |
| Легкая атлетика | 8-89 | Тестирование метания малого мяча на точность | 1 |
| Подвижные | и | Спортивная игра «Баскетбол» | 2 |

| | | | |
|-----------------------------|------|--|--|
| спортивные игры | 1-92 | | |
| Легкая атлетика | 3-94 | Беговые упражнения | |
| | 5 | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | |
| | 6 | Тестирование челночного бега 3x10 м | |
| | 7 | Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность | |
| Подвижные и спортивные игры | 8 | Футбольные упражнения | |
| | 9 | Спортивная игра «Футбол» | |
| Легкая атлетика | 00 | Бег на 1000 м | |
| Подвижные игры | 01 | Спортивные игры | |
| | 02 | Подвижные и спортивные игры | |

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

Распределение учебных часов по разделам программы

В связи с отсутствием необходимых условий 12 часов, отведенных на изучение раздела «Лыжная подготовка», и 10 часов, отведенных на изучение раздела «Плавание», перераспределены следующим образом: на гимнастику с элементами акробатики – 6 ч, на подвижные и спортивные игры – 10 ч, на легкую атлетику – 6 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 | 6 | 1 |
| Гимнастика с элементами акробатики | 36 | 9 |
| Легкая атлетика | 28 | 12 |
| Подвижные игры | 32 | 2 |
| Общее количество часов | 102 | 25 |

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. 4 класс. М.: ВАКО, 2013.

5. Подвижные игры. 1-4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2007.
6. Рабочая программа по физической культуре. 4 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.

Интернет-ресурсы по физической культуре

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

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.

2. Демонстрационные материалы:

| № п/п | Наименование материалов | Отметка о наличии |
|------------------|---|------------------------------|
| 1 | Таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности | Имеется |
| 2 | Плакаты методические | Нет |
| 3 | Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения | Нет |

3. Технические средства:

| № п/п | Наименование ТСО | Отметка о наличии |
|------------------|---|------------------------------|
| 1 | Телевизор с универсальной приставкой | Имеется |
| 2 | Аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок | Имеется |
| 3 | Мегафон | Нет |
| 4 | Экран (на штативе) | Имеется |
| 5 | Цифровая видеокамера | Имеется |

4. Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

| № п/п | Наименование оборудования | Отметка о наличии |
|------------------|---|------------------------------|
| 1 | Стенка гимнастическая | Имеется |
| 2 | Бревно гимнастическое напольное | Имеется |
| 3 | Скамейки гимнастические | Имеются |
| 4 | Перекладина гимнастическая | Имеется |
| 5 | Перекладина навесная | Нет |
| 6 | Канат для лазания | Имеется |
| 7 | Комплект навесного оборудования (мишени, перекладина) | нет |
| 8 | Маты гимнастические | Имеются |
| 9 | Мячи набивные (1 кг) | Нет |
| 10 | Мячи массажные | Нет |

| | | |
|----|--|---------|
| 11 | Мячи-хопы | Нет |
| 12 | Скакалки гимнастические | Имеются |
| 13 | Мячи малые (резиновые, теннисные) | Нет |
| 14 | Обручи гимнастические | Имеются |
| 15 | Палки гимнастические | Нет |
| 16 | Кольца пластмассовые разного размера | Нет |
| 17 | Резиновые кольца | Нет |
| 18 | Планка для прыжков в высоту | Имеется |
| 19 | Стойки для прыжков в высоту | Имеются |
| 20 | Рулетка измерительная | Имеется |
| 21 | Щиты с баскетбольными кольцами | Имеются |
| 22 | Большие мячи резиновые (баскетбольные) | Имеются |
| 23 | Стойки волейбольные | Имеются |
| 24 | Сетка волейбольная | Имеется |
| 25 | Мячи средние резиновые | Нет |
| 26 | Гимнастические кольца | Имеются |
| 27 | Аптечка медицинская | Имеется |

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, сочувствия другим людям;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата, общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, 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:

знать и иметь представление:

- о роли и значении занятий физическими упражнениями в подготовке солдат в русской армии;
- о влиянии современного олимпийского движения на развитие физической культуры и спорта в России, крае.
- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;

уметь:

- вести дневник самонаблюдения;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
- подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;
- выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощенным правилам;
- оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;

демонстрировать уровень физической подготовленности (см. таблицу)

| Контрольные упражнения | Уровень физической подготовленности | | | | | |
|---|-------------------------------------|----------------------------|----------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|
| | Мальчики | | | Девочки | | |
| | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| Бег на 30 м | 5,5 с и меньше | 5,6-6,0 с | 6,1 с и больше | 6,0 с и меньше | 6,1-6,3 с | 6,4 с и больше |
| Челночный бег 3x10 м | 9,0 с и меньше | 9,1-9,4 с | 9,5 с и больше | 9,4 с и меньше | 9,5-9,9 с | 10,0 с и больше |
| Бег на 60 м | 10,3 с и меньше | 10,4-10,8 | 10,9 с и больше | 10,6 с и меньше | 10,7-11,1 | 11,2 с и больше |
| Броски мяча в вертикальную цель на точность | 5-6 попаданий за 6 бросков | 3-4 попаданий за 6 бросков | 2 и менее попаданий за 6 бросков | 5-6 попаданий за 6 бросков | 3-4 попаданий за 6 бросков | 2 и менее попаданий за 6 бросков |
| Вис на время | 71 с и больше | 60-70 с | 0-59 с | 71 с и больше | 60-70 с | 0-59 с |
| Метание мешочка (мяча) на дальность | Дальше 14 м | 10-14 м | Ближе 10 м | Дальше 14 м | 10-14 м | Ближе 10 м |
| Наклон вперед из положения стоя | + 7 см и более | от 0 до +6 см | - | + 7 см и более | от 0 до +6 см | - |
| Подтягивание в висе | 4 раза и более | 2-3 раза | 1 раз и менее | - | - | - |
| Отжимание от пола | - | - | - | 30 раз и более | 20-29 раз | Менее 20 раз |
| Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа | - | - | - | 19 раз и более | 18 – 14 раз | Менее 14 раз |
| Подъем туловища за 30 с | 21 раз и более | 16-20 раз | 15 раз и менее | 21 раз и более | 16-20 раз | 15 раз и менее |
| Прыжок в длину с места | 160 см и дальше | 159 – 145 см | 144 см и ближе | 152 см и дальше | 151 – 137см | 136 см и ближе |
| Бег 1000 м | 5 мин и меньше | 5 мин 1 с – 5 мин 30 с | 5 мин 31 с и больше | 5 мин 30 с и меньше | 5 мин 31 с – 6 мин | 6 мин 1 с и больше |

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

Оценка успеваемости - одно из средств повышения эффективности учебного процесса. Она помогает контролировать освоение программного материала, информирует о двигательной подготовленности учеников, стимулирует их активность на занятиях физическими упражнениями.

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащиеся получают положительную оценку по предмету «Физическая культура». Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнения двигательных действий и уровня физической подготовленности. Оценка ставится за технику движений и теоретические знания.

По основам знаний

Оценивая знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями.

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

С целью проверки знаний используются различные методы.

Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок.

По технике владения двигательными действиями (умениями, навыками)

Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;

- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

ОБЩЕШКОЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

- занятие в спортивной секции в своей возрастной группе (2 часа) – 1 балл;
- организация, судейство соревнований – 1 балл;
- участие в соревнованиях (кроме ориентирования) – 2 балла;
- занятое призовое место в соревнованиях – 2 балла;
- участие в соревнованиях по спортивному ориентированию – 3 балла;
- участие в олимпиаде по физкультуре – 4 балла;
- четвертная (за полугодие) оценка 4-5 – 5 баллов.

РАЙОННЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

- участие в соревнованиях – 3 балла;
- занятое призовое место в соревнованиях – 3 балла;
- участие в олимпиаде по физкультуре – 5 баллов.

ОБЛАСТНЫЕ, ВЫЕЗДНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

- занятое призовое место в областных соревнованиях и выше – 4 балла;
- участие в областных соревнованиях – 4 балла;
- участие в олимпиаде по физкультуре – 6 баллов;
- участие в выездных соревнованиях – 6 баллов;

Сумму набранных баллов, по окончании четверти (полугодия), переводится пропорционально в оценку «5». Например: ученик(ца) набрал(а) 23 балла. В журнал выставляются дополнительно четыре оценки «5», три балла остаётся на следующую четверть.

В 4 классе оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Контрольно-измерительные материалы

Для проведения входного и итогового контроля используется методическое пособие:

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

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

- *Патрикеев А.Ю.* Поурочные разработки по физической культуре. 4 класс. М.: ВАКО, 2013, с. 211.

ПРИМЕЧАНИЕ:

2 часа физкультуры в 4 классе, приходящиеся на праздничные дни 08.03 и 09.05, провести дополнительно в дни отсутствия учителей-предметников по причине болезни или командировок (при отсутствии замещения).

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № урока | Дата проведения | | Тема урока | Тип урока | Технология | Решаемые проблемы | Виды деятельности (элементы содержания, контроль) | Планируемые результаты | | | Инвентарь, спортивное оборудование | Дом. задание |
|-------------------------------------|-----------------|------|--|----------------------|---|--|--|--|---|--|---|--|
| | план | факт | | | | | | Предметные | Метапредметные УДД | Личностные УДД | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| Знания о физической культуре | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 02.09 | | Организационно-методические требования на уроках физической культуры | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, коллективное выполнение задания | Ознакомление с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, разучивание разминки в движении, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики» | Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, разминка в движении, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики» | Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры; строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики» | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать об организационно-методических требованиях, применяемых 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 | 06.09 | | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития на- | Разучивание разминки в движении. Проведение тестирования бега на 30 м с высоко- | Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. | Знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, рулетка на 30 | Выполнить беговые упражнения, предложить |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|--|--|----------------------|--|---|--|--|--|---|---|--|
| | | | | | выков само-диагностики | кого старта и подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки – дай руку» | Подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки – дай руку» | «Салки с домиками» и «Салки – дай руку» | Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки – дай руку» | людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | м (при необходимости) | нные на с. 95 учебника в рубрике «3-4 классы. Выполни» |
| 3 | 07.09 | | Челночный бег | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Разучивание беговой разминки, повторение техники челночного бега и подвижной игры «Флаг на башне» | Беговая разминка; челночный бег, подвижная игра «Флаг на башне» | Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Флаг на башне» | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять челночный бег, играть в подвижную игру «Флаг на башне» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Секундомер, свисток, 3 конуса, 4 флажка без древка | Повторит ь технику поворота в челночном беге |
| 4 | 09.09 | | Тестирование челночного бега на 3x10 м | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение беговой разминки. Проведение тестирования челночного бега 3x10 м и подвижной игры «Колдунчики» | Беговая разминка; тестирование челночного бега 3x10 м; подвижная игра «Колдунчики» | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3x10 м, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики» | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать новый уровень отношения к самому себе как | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, рулетка на 10 м (при необходимости) | Повторит ь технику высокого старта |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|--|---|------------------|--|--|---|--|--|---|--|---|
| | | | | | | | | | субъекту деятельности. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3x10 м, играть в разные варианты подвижной игры «Колдунчики» | ситуациях | | |
| 5 | 13.09 | | Тестирование бега на 60 м с высокого старта | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Разучивание беговой разминки с мешочками, проведение тестирования бега на 60 м с высокого старта, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | Беговая разминка с мешочками. Тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, мешочки (мячи) для метания по количеству занимающихся, тетрадь для записей и ручка, рулетка (при необходимости) | Прочитать текст «Метание мяча с 1-3 шагов разбега» на с. 100 учебника |
| 6 | 14.09 | | Тестирование метания мешочка на дальность | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение беговой разминки с мешочками, проведение тестирования метания мешочка на дальность, разучивание метания мешочка на дальность с разбега, | Беговая разминка с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, метания мешочка с разбега, подвижная игра «Колдунчики» | Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, выполнять метание мешочка с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики» | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о | Секундомер, свисток, мешочки (мячи) для метания по количеству занимающихся, тетрадь для записей и ручка, рулетка (при необходимости) | Узнать историю появления мяча |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | повторение подвижной игры «Колдунчики» | | | тестирование метания мешочка на дальность, метать мешочек на дальность с разбега, играть в подвижную игру «Колдунчики» | нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

Подвижные и спортивные игры

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|--|------------------------|----------------------|--|--|--|--|--|--|---|----------------------------------|
| 7 | 16.09 | | Техника паса в футболе | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, информационно-коммуникационные | Разучивание разминки в движении. Осваивание техники паса в футболе. Повторение подвижной игры «Собачки ногами» | Разминка в движении. Техника паса в футболе. Подвижная игра «Собачки ногами» | Знать, какие варианты пасов можно применять в футболе, правила подвижной игры «Собачки ногами» | <p>Коммуникативные: уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению и препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p> | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, футбольные мячи на пару занимающихся | Узнать историю появления футбола |
|---|-------|--|------------------------|----------------------|--|--|--|--|--|--|---|----------------------------------|

Знания о физической культуре

| | | | | | | | | | | | | |
|-------|---------------|--|--------------------------|----------------------|---|---|--|---|---|---|---|---|
| 8 - 9 | 20.09 - 21.09 | | Спортивная игра «Футбол» | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения | Повторение разминки в движении, знакомство с историей футбола, совершенствование техники выполнения | Разминка в движении. История футбола. Техника выполнения пасов. Спортивная игра «Футбол» | Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Футбол» | <p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков | Секундомер, свисток, футбольные мячи на пару занимающихся, двое ворот | Прочитать текст «Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» на с. 96 |
|-------|---------------|--|--------------------------|----------------------|---|---|--|---|---|---|---|---|

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|----------------|--|---------------------------------------|----------------------|--|---|---|---|--|---|---|------------------------------------|
| | | | | | | пасов мяча ногой. Повторение спортивной игры «Футбол» | | | Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол» | сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | | учебника |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | |
| 10 | 23.09 | | Техника прыжка в длину с разбега | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий | Разучивание разминки на месте. Повторение техники прыжка в длину с разбега. Повторение спортивной игры «Футбол» | Разминка на месте. Техника прыжка в длину с разбега. Спортивная игра «Футбол» | Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол» | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Секундомер, свисток, прыжковая яма, футбольный мяч, двое ворот | Повторить упражнение на равновесие |
| 11 - 12 | 27.09 28.09 | | Прыжок в длину с разбега на результат | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий | Повторение разминки на месте. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Проведение спортивной игры «Футбол» | Разминка на месте. Прыжок в длину с разбега. Спортивная игра «Футбол» | Знать технику прыжка в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол» | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Секундомер, свисток, прыжковая яма, футбольный мяч, двое ворот ружлетка | Повторить отжимания от пола |

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|---|------------------|--|---|---|---|--|--|---|----------------------|
| 13 | 30.09 | | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Разучивание разминки в движении. Проведение контрольных прыжков в длину с разбега. Разучивание подвижной игры «Командные собачки» | Разминка в движении. Контрольные прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Командные собачки» | Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки» | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Командные собачки» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Секундомер, свисток, рулетка, прыжковая яма, футбольный мяч | Повторить приседания |
|----|-------|--|---|------------------|--|---|---|---|--|--|---|----------------------|

Подвижные и спортивные игры

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|-----------------------------|------------------|--|---|--|---|---|--|---|---------------------------------------|
| 14 | 04.10 | | Контрольный урок по футболу | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение разминки в движении. Проведение контрольных футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол» | Разминка в движении. Футбольные упражнения. Спортивная игра «Футбол» | Знать, как проходит контрольный урок по футболу, правила спортивной игры «Футбол» | Коммуникативные: содействовать сверстникам в достижении цели, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: играть в 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, футбольные мячи на пару занимающихся, двое ворот | Приготовить спортивную форму для зала |
|----|-------|--|-----------------------------|------------------|--|---|--|---|---|--|---|---------------------------------------|

Легкая атлетика

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|--|------------------|--|---|---|--|--|---|---|--|
| 15 | 05.10 | | Тестирование метания малого мяча на точность | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков | Разучивание разминки с малыми мячами. Проведение тестирования по метанию малого мяча на | Разминка с малым мячом. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная | Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим | Секундомер, свисток, малые мячи по количеству занимающихся, мяч для | Повторить наклоны вперед из положения стоя |
|----|-------|--|--|------------------|--|---|---|--|--|---|---|--|

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|--|---|------------------|--|--|--|--|---|--|---|---|
| | | | | | самодиагностики | точность. Повторение подвижной игры «Вышибалы» | игра «Вышибалы» | подвижной игры «Вышибалы» | <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p> | людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | метания, средний мяч, мишень, тетрадь для записей, ручка, гимнастическая палка | |
| Гимнастика с элементами акробатики | | | | | | | | | | | | |
| 16 | 07.10 | | Тестирование наклона вперед из положения стоя | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение разминки с малыми мячами. Проведение тестирования наклона вперед из положения стоя. Повторение подвижной игры «Перестрелка» | Разминка с малыми мячами. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Перестрелка» | Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Перестрелка» | <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Перестрелка»</p> | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, гимнастическая скамейка, линейка, гимнастическая палка, мяч | Повторить подъемы туловища из положения лежа |
| 17 | 11.10 | | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Повторение подвижной игры «Перестрелка» | Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Перестрелка» | Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с; правила подвижной игры «Перестрелка» | <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить</p> | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, гимнастический мат, мяч | Потренироваться запоминать 25-секундный временной отрезок |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|--|---------------------------------------|------------------|--|---|--|---|--|--|---|--|
| | | | | | | | | | тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Перестрелка» | нравственных норм, социальной справедливости и свободе | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | |
| 18 | 12.10 | | Тестирование прыжка в длину с места | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Проведение разминки, направленной на развитие гибкости, проведение тестирования прыжка в длину с места. Повторение подвижной игры «Волк во рву» | Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву» | Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места; правила подвижной игры «Волк во рву» | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирования прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву» | 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, рулетка, тетрадь для записей и ручка, 2 тонких каната | Повторит прыжки от пола |
| Гимнастика с элементами акробатики | | | | | | | | | | | | |
| 19 | 14.10 | | Тестирование подтягиваний и отжиманий | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Разучивание разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования подтягиваний и отжиманий. Повторение подвижной игры «Антивышибалы» | Разминка с гимнастическими палками. Тестирование подтягиваний и отжиманий. Подвижная игра «Антивышибалы» | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий; правила подвижной игры «Антивышибалы» | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в подвижную игру «Антивышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, перекладина, мяч, гимнастические палки по количеству занимающихся | Повторит висы на перекладине или гимнастической стенке |

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|----------------------------|------------------|--|--|---|--|---|--|---|---|
| 20 | 18.10 | | Тестирование виса на время | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования виса на время и подвижной игры «Вышибалы» | Разминка с гимнастическими палками. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Вышибалы» | Знать правила проведения тестирования виса на время; правила подвижной игры «Вышибалы» | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохраняя заданную цель. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Вышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, гимнастическая стенка, мяч, гимнастические палки по количеству занимающихся | Подготовить сообщение о каких-нибудь видах спорта с ошибками, чтобы запутать слушателей |
|----|-------|--|----------------------------|------------------|--|--|---|--|---|--|---|---|

Подвижные и спортивные игры

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|-----------------------------|----------------------|---|--|--|---|---|---|--|-------------------------|
| 21 | 19.10 | | Броски и ловля мяча в парах | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, проблемного обучения | Разучивание разминки с мячами. Повторение техники бросков и ловли мяча в парах. Разучивание подвижной игры «Защита стойки» | Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах. Подвижная игра «Защита стойки» | Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки» | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого Познавательные: бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру «Защита стойки» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, 2 стойки | Повторить прямую шпагат |
|----|-------|--|-----------------------------|----------------------|---|--|--|---|---|---|--|-------------------------|

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|---------------------------------|----------------------|---|---|--|---|--|--|--|-------------------------|
| 22 | 21.10 | | Броски мяча в парах на точность | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, проблемного обучения | Повторение разминки с мячами. Разучивание бросков мяча в парах на точность. Проведение подвижной игры | Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность. Подвижная игра «Защита стойки» | Знать, какие варианты бросков мяча на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки» | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера. Регулятивные: осознавать самого | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; | Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, 2 стойки, по 3 средних пластмассовых кольца на | Повторить прямую шпагат |
|----|-------|--|---------------------------------|----------------------|---|---|--|---|--|--|--|-------------------------|

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|-------------------------------------|----------------------|--|--|--|--|--|---|--|---|
| | | | | | | «Защита стойки» | | | себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять броски мяча в парах на точность, играть в подвижную игру «Защита стойки» | развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | каждую пару | |
| 23 | 25.10 | | Броски и ловля мяча в парах | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Разучивание разминки с мячом в парах. Проведение бросков и ловли мяча в парах на точность. Разучивание подвижной игры «Капитаны» | Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра «Капитаны» | Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах на точность, правила подвижной игры «Капитаны» | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Секундомер, свисток, мячи на пару занимающихся, по 3 средних пластмассовых кольца на каждую пару | Повторить продольные шпагаты правой и левой ногой |
| 24 | 26.10 | | Броски и ловля мяча в парах у стены | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, проблемного обучения | Повторение разминки с мячами в парах. Разучивание бросков и ловли мяча в парах у стены. Повторение подвижной игры «Капитаны» | Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча в парах у стены. Подвижная игра «Капитаны» | Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч, правила | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; | Секундомер, свисток, мячи на пару занимающихся | Бросать различные небольшие предметы (мягкие игрушки) из руки в |

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|-------------------------------|----------------------|---|---|--|--|---|--|---|---|
| | | | | | | «Капитаны» | | подвижной игры «Капитаны» | новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны» | развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | | руку. Подсчитать, сколько падений предмета будет при 20 бросках. Записать результат в дневник с/к, которых должен сохраниться с прошлого года, принести его на следующий урок |
| 25 | 28.10 | | Подвижная игра «Осада города» | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий | Разучивание разминки с массажными мячами. Повторение бросков и ловли мяча в парах у стены. Повторение подвижной игры «Осада города» | Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча у стены в парах. Подвижная игра «Осада города» | Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Осада города» | 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: выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Осада города» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Секундомер, свисток, мячи на пару занимающихся, 2 гимнастические скамейки | Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами |
| 26 | 08.11 | | Броски и ловля мяча | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, | Повторение разминки с массажными мячами. | Разминка с массажными мячами, броски и ловля | Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных | Секундомер, свисток, массажные и средние мячи | Повторить наклоны из |

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|--------------------|--|---|--|---|--|---|---|--|--|
| | | | | | индивидуаль-но-лич-ностного обучения | Проведение бросков и ловли мяча и подвижной игры «Осада города» | мяча. Подвижная игра «Осада города» | «Осада города» | Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Осада города» | ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | по количеству занимающихся, 2 гимнастическ не скамейки | положени я стоя и сидя |
| 27 | 09.11 | | Упражнения с мячом | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуаль-но-лич-ностного обучения | Разучивание разминки с мячом. Повторение бросков и ловли мяча и подвижной игры «Штурм» | Разминка с мячом, броски и ловля мяча. Подвижная игра «Штурм» | Знать, как выполнять броски и ловлю мяча. правила подвижной игры «Штурм» | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Штурм» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; 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, 6 кеглей | Узнать, какие спортивные игры с ведением мяча существуют |
| 28 | 11.11 | | Ведение мяча | Урок повторения и закрепления изученного материала | Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуаль-но-лич-ностного обучения | Повторение разминки с мячом, различных вариантов ведения мяча. Повторение подвижной игры «Штурм» | Разминка с мячом, варианты ведения мяча. Подвижная игра «Штурм» | Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм» | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной | Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, 6 кеглей | Решить, во что играть на следующем уроке |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|----------------|--|----------------|--|--|---|---|---|--|--|--|---|
| | | | | | | | | | преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм» | справедливости и свободе; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | | |
| 29 - 30 | 15.11 16.11 | | Подвижные игры | Урок повторения и закрепления изученного материала | Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества | Проведение беговой разминки и 2-3 игр, выбранных по желанию учеников | Беговая разминка, подвижные игры | Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Секундомер, свисток, мячи, инвентарь для подвижных игр | Индивидуальные задания |
| Гимнастика с элементами акробатики | | | | | | | | | | | | |
| 31 - 32 | 18.11 22.11 | | Кувырок вперед | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Разучивание разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с места и с трех шагов, проведение подвижной игры «Удочка» | Разминка на матах. Кувырок вперед с места и с трех шагов. Подвижная игра «Удочка» | Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, правила подвижной игры «Удочка» | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. | 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 | Секундомер, свисток, маты, скакалка | Повторить перекаты назад-вперед в группировке |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|-------|--|--|----------------------|--|---|---|--|--|--|--|---|--|
| | | | | | | | | | | Познавательные: выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка» | представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | |
| 33 | 23.11 | | Кувырок вперед с разбега и через препятствие | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, индивидуальное личностного обучения, проблемного обучения | Повторение разминки на матах, совершенствование техники кувырка вперед как с места, так и с разбега и через препятствие, проведение подвижной игры «Удочка» | Разминка на матах. Кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие. Подвижная игра «Удочка» | Знать, как выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега и через препятствие, правила подвижной игры «Удочка» | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега, и через препятствие, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Секундомер, свисток, маты, гимнастическая палка, скакалка | Прочитать тексты «Утренняя гимнастика» и «Основные правила выполнения зарядки» на с. 110-111 учебника | |
| Знания о физической культуре | | | | | | | | | | | | | |
| 34 | 25.11 | | Зарядка | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, самоанализа и коррекции действий | Разучивание зарядки, совершенствование техники выполнения различных вариантов кувырка вперед, проведение подвижной игры «Мяч в туннеле» | Зарядка. Техника выполнения различных вариантов кувырка вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле» | Знать, что такое зарядка, правила ее выполнения, какие варианты кувырков вперед бывают, правила подвижной игры «Мяч в туннеле» | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной | Секундомер, свисток, маты, 4 гимнастических мяча, гимнастическая палка | Рассмотреть иллюстрации и запомнить комплекс упражнений «Комплекс 1 (без предмета) | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---------------|--|---------------------|----------------------|---|--|--|--|---|--|---|---|--------------------------|
| | | | | | | | | | | заданную цель. Познавательные: уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырка вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле» | ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | » на с. 112-113 учебника |
| Гимнастика с элементами акробатики | | | | | | | | | | | | | |
| 35 - 36 | 29.11 - 30.11 | | Кувырок назад | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, индивидуальное личностного обучения, проблемного обучения | Повторение зарядки и техники выполнения кувырка назад, совершенствован ие техники выполнения кувырка вперед, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле» | Зарядка, кувырок назад, кувырок вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле» | Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры «Мяч в туннеле» | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Секундомер, свисток, маты, 2 мяча, гимнастический мостик | Познакомиться со вторым комплексом упражнений (с палкой) на с.113 учебника | |
| 37 | 02.12 | | Круговая тренировка | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, индивидуальное личностного обучения, проблемного обучения | Повторение зарядки, проведение круговой тренировки и игрового упражнения на внимание | Зарядка. Круговая тренировка, игровое упражнение на внимание | Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки существуют, правила выполнения игрового упражнения на внимание | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических | Секундомер, свисток, 4 мата, 2 обруча, 2 скакалки, гимнастическая стенка, гимнастическая палка | Познакомиться с третьим комплексом упражнений (с мячом) на с.114 учебника. Прочитать текст о том, как | |

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|-------|--|--|----------------------|--|--|--|--|---|--|---|---|
| | | | | | | | | | указанию взрослого. Познавательные: уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание | потребностей, ценностей и чувств; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | | составить комплекс самому, на с.115 учебника |
| 38 | 06.12 | | Стойка на голове и руках | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения | Проведение зарядки с помощью учеников. Повторение техники выполнения стойки на голове и руках. Проведение подвижной игры «Парашютисты» | Зарядка, стойка на голове и руках. Подвижная игра «Парашютисты» | Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты» | 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: выполнять зарядку, стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Секундомер, свисток, 4 мата, 2 гимнастические скамейки, мел для рисования кругов, 2 мяча | Повторить правила составления зарядки, придумать упражнения с гимнастическими палками |
| Знания о физической культуре | | | | | | | | | | | | |
| 39 | 07.12 | | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, проблемного обучения | Знакомство с гимнастикой, ее историей и значением в жизни человека, проведение зарядки с гимнастическими палками с помощью учеников, совершенствование техники | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека, зарядка с гимнастическими палками. Стойка на голове. Стойка на руках. Подвижная игра | Знать историю гимнастики, ее историю и значение в жизни человека, правила составления зарядки с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование эстетических потребностей и чувств | Секундомер, свисток, 4 мата, 2 гимнастические скамейки, мел для рисования кругов, 2 мяча, гимнастические палки по количеству занимающих | Узнать об истории появления гимнастики |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|----------------|--|---------------------------|----------------------|--|--|---|---|--|--|---|-------------------------------|
| | | | | | | выполнения стойки на голове и руках. Повторение подвижной игры «Парашютисты» | «Парашютисты»» | и на руках, правила игры «Парашютисты» | познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и на руках, играть в подвижную игру «Парашютисты» | | ся | |
| Гимнастика с элементами акробатики | | | | | | | | | | | | |
| 40 - 41 | 09.12 13.12 | | Гимнастические упражнения | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и самокоррекции действий, проблемного обучения | Разучивание разминки на гимнастических матах с мячом, совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений, проведение игрового упражнения на внимание | Разминка на гимнастических матах с мячом, гимнастические упражнения, игровое упражнение на внимание | Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание | 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, гимнастическая палка, маты и средние мячи по количеству занимающихся | Повторить висы и отжимания |
| 42 | 14.12 | | Висы | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, самоанализа и самокоррекции действий | Проведение разминки на матах с мячом. Выполнение различных вариантов висов, проведение подвижной игры «Ловля обезьян» | Разминка на матах с мячом. Висы, подвижная игра «Ловля обезьян» | Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, правила подвижной игры «Ловля обезьян» | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Секундомер, свисток, гимнастическая стенка, навесная перекладина | Придумать свои варианты висов |

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|---|--|--|---|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | Познавательные: выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру «Ловля обезьян» | | | |
| 43 | 16.12 | | Лазанье по гимнастической стенке и висы | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и самокоррекции действий, индивидуальное личностное обучение | Разучивание разминки с гимнастическими палками, повторение техники лазанья по гимнастической стенке, совершенствование техники виса завесом одной и двумя ногами, проведение подвижной игры «Ловля обезьян с мячом» | Разминка с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами, подвижная игра «Ловля обезьян с мячом» | Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения виса завесом одной и двумя ногами, правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом» | 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, сохранять заданную цель. Познавательные: лазать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом» | 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, гимнастическая стенка, мяч, навесная перекладина, гимнастические палки по количеству занимающихся | Повторить шпагаты – прямой и продольные |
| 44 | 20.12 | | Круговая тренировка | Урок повторения и закрепления изученного материала | Здоровьесбережения, индивидуальное личностное обучение, развитие исследовательских навыков | Повторение разминки с гимнастическими палками, проведение круговой тренировки и подвижной игры «Удочка» | Разминка с гимнастическими палками. Круговая тренировка. Подвижная игра «Удочка» | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила игры «Удочка» | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие навыков сотрудничества со | Секундомер, свисток, гимнастические палки, гимнастическая высокая перекладина | Повторить приседания или прыжки в скакалку |

| | | | | | | | | | | | | |
|---------|---------------|--|--------------------------------|--|--|---|---|--|---|---|--|--|
| | | | | | | | | | играть в подвижную игру «Удочка» | сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | | |
| 45 | 21.12 | | Прыжки в скакалку | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуального обучения | Разучивание разминки со скакалками. Повторение техники прыжков в скакалку. Проведение подвижной игры «Горячая линия» | Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку. Подвижная игра «Горячая линия» | Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила игры «Горячая линия» | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия» | 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 по количеству занимающихся | Повторить наклоны из положения стоя |
| 46 | 23.12 | | Прыжки в скакалку в тройках | Урок повторения и закрепления изученного материала | Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуального обучения | Повторение разминки со скакалками. Повторение прыжков в скакалку в тройках. Проведение подвижной игры «Горячая линия» | Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку в тройках. Подвижная игра «Горячая линия» | Знать технику выполнения прыжков в скакалку самостоятельно и в тройках, правила игры «Горячая линия» | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Секундомер, свисток, скакалки по количеству занимающихся, длинные скакалки для прыжков в тройках | Повторить приседания |
| 47 - 48 | 27.12 - 28.12 | | Лазанье по канату в два приема | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуального личностного | Разучивание разминки со скакалками, лазанья по канату в два приема, повторение | Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в два и | Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках, правила | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, добывать недостающую | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение | Секундомер, свисток, скакалки по количеству занимающихся, длинные скакалки для | Измерить рост, массу, окружность грудной клетки, |

| | | | | | | | | | | | | |
|---------|----------------|--|-------------------------------------|----------------------|---|--|---|---|---|--|---|---|
| | | | | | обучения | лазанья по канату в три приема и прыжков в скакалку в тройках, разучивание подвижной игры «Будь осторожен» | три приема. Подвижная игра «Будь осторожен» | подвижной игры «Будь осторожен» | информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен» | социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям | прыжков в тройках, длинный тонкий канат, 2 кубика | записать данные в дневник с/к, принести его на следующий урок, чтобы сравнить результаты за несколько лет |
| 49 | 13.01 | | Круговая тренировка | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, индивидуального обучения, проблемного обучения | Повторение разминки со скакалками, проведение круговой тренировки, разучивание подвижной игры «Игра в мяч с фигурами» | Разминка со скакалками. Круговая тренировка. Подвижная игра «Игра в мяч с фигурами» | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Игра в мяч с фигурами» | Коммуникативные: представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Игра в мяч с фигурами» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Секундомер, свисток, скакалки по количеству занимающихся, 5 матов, высокая перекладина, 2 каната, 2 обруча, 2 обруча, средний мяч | Выполнить отжимания от пола, записать результат в дневник с/к, принести дневник с/к на следующий урок |
| 50 - 51 | 17.01 18.01 | | Упражнения на гимнастическом бревне | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, проблемного обучения | Разучивание разминки на гимнастических скамейках, проведение упражнений на гимнастическом бревне. Разучивание подвижной игры | Разминка на гимнастических скамейках, упражнения на гимнастическом бревне. Подвижная игра «Салки и мяч» | Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч» | Коммуникативные: представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование | Секундомер, свисток, гимнастическое бревно (напольное), средний мяч, гимнастическое скамейки, 4 кубика | Выполнить прыжок в высоту с места, записать результат в дневник с/к, принести |

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|--------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | «Салки и мяч» | | | контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч» | эстетических потребностей, ценностей и чувств | | дневник с/к на следующий урок |
| 52 | 20.01 | | Упражнения на гимнастических кольцах | Урок повторения и закрепления изученного материала | Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуального обучения | Повторение разминки на скамейках, упражнений на кольцах и на гимнастическом бревне, подвижной игры «Салки и мяч» | Разминка на скамейках. Упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на гимнастических кольцах. Подвижная игра «Салки и мяч» | Знать комбинацию на гимнастических кольцах, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч» | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Секундомер, свисток, обручи, гимнастические кольца, напольное гимнастическое бревно, средний мяч, 4 кубика | Выполнить подбрасывание малого мяча и записать результат в дневник с/к, принести дневник с/к на следующий урок |
| 53 | 24.01 | | Махи на гимнастических кольцах | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества | Разучивание разминки с резиновыми кольцами, махов и выкрута на кольцах, повторение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове» | Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять махи и выкрут на кольцах, | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие этических чувств, | Секундомер, свисток, обручи, гимнастические кольца, мешочки и резиновые кольца по количеству занимающихся | Выполнить наклоны из положения стоя и записать результат в дневник с/к (Указывать не сантиметры, как при |

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|---------------------|----------------------|---|---|---|---|---|---|--|--|
| | | | | | | | | | играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | | проведении тестирования, а место, которое смогли достать, - дотянулся руками – до колена, до середины голени, до голени, до пола, положил ладонь на пол), принести дневник с/к на следующий урок |
| 54 | 25.01 | | Круговая тренировка | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, педагоги сотрудничества, самоанализа и коррекции действий | Повторение разминки с резиновыми кольцами, махов и выкрута на гимнастических кольцах, проведение лазанья по наклонной гимнастической скамейке и круговой тренировки, повторение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове» | Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять махи и выкрут на кольцах, лазать по наклонной гимнастической скамейке, проходить станции круговой | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических | Секундомер, свисток, обручи, 3 гимнастические наклонные скамейки, канат, гимнастические кольца, резиновые кольца и мешочки по количеству занимающихся, 4 мата, 2 скакалки, 2 обруча, гимнастическое напольное бревно | Повторить отжимания от пола |

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|---------------------|--|---|--|--|--|---|--|--|--|
| | | | | | | | | | тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | потребностей, ценностей и чувств | | |
| 55 | 27.01 | | Вращение обруча | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развивающего обучения, проблемного обучения | Разучивание разминки с обручами. Повторение различных вариантов вращения обруча, разучивание подвижной игры «Катание колеса» | Разминка с обручами. Варианты вращения обруча. Подвижная игра «Катание колеса» | Знать, какие различные варианты вращения обруча существуют, правила подвижной игры «Катание колеса» | 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 и препятствий и самокоррекции. Познавательные: вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Катание колеса» | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, 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, обручи по количеству занимающихся | Повторить перекаты назад-вперед в группировке и вправо-влево |
| 56 | 31.01 | | Круговая тренировка | Урок повторения и закрепления изученного материала | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества | Повторение разминки с обручами, стойки на голове и руках, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Катание колеса» | Разминка с обручами, стойка на голове, стойка на руках. Круговая тренировка. Подвижная игра «Катание колеса» | Знать технику выполнения стойки на голове и руках, какие станции круговой тренировки бывают, правила подвижной игры «Катание колеса» | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Катание колеса» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе | Секундомер, свисток, обручи по количеству занимающихся, 2 наклонные гимнастические скамейки, 8 матов, гимнастическое бревно, 2 скакалки, канат | Бывать на свежем воздухе, кататься с горы на санках, лыжах, коньках и т.п. |

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|----------------|--|--------------------------------|----------------------|--|--|--|---|---|--|--|--|
| | | | | | | | | | | представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | |
| 57 - 58 | 01.02 03.02 | | Полоса препятствий | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, развития исследовательских навыков | Разучивание разминки в движении. Прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку. Повторение подвижной игры «Удочка» | Разминка в движении. Полоса препятствий, подготовка к опорному прыжку. Подвижная игра «Удочка» | Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, 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.. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнения подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Секундомер, свисток, горка матов, гимнастический мостик, 6 кочек, препятствие (30-40 см), туннель, гимнастическое бревно, 3 мата, длинная скакалка | Повторить лазанье по канату, гимнастической стенке или отжимания от пола |
| 59 - 60 | 07.02 08.02 | | Усложненная полоса препятствий | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, развития исследовательских навыков | Проведение разминки в движении. Преодоление усложненной полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, проведение подвижной игры «Удочка» | Разминка в движении. Усложненная полоса препятствий, подготовка к опорному прыжку. Подвижная игра «Удочка» | Знать, как проходить усложненную полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, 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.. Познавательные: преодолевать усложненную полосу препятствий, выполнять | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Секундомер, свисток, наклонная гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, горка матов, гимнастический мостик, 5 кочек, препятствие (20-30 см), туннель, гимнастическое бревно | Повторить выпрыгивания с двух ног или приседания |

| | | | | | | | | | | | | |
|---------|----------------|--|--|----------------------|---|--|---|--|--|--|--|---|
| | | | | | | | | | упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка» | | | |
| 61 - 62 | 10.02 14.02 | | Прыжок в высоту с прямого разбега | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения | Разучивание разминки с гимнастическим и скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры «Вышибалы с кеглями» | Разминка с гимнастическими скамейками. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Вышибалы с кеглями» | Знать, как выполняется прыжок в высоту, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями» | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Секундомер, свисток, 4 гимнастические скамейки, планка и стойки для прыжков в высоту, 8 кеглей, 2 мяча | Прочитать текст «Прыжок в высоту способом «перешагивание» на с. 97 учебника |
| 63 - 64 | 15.02 17.02 | | Прыжок в высоту способом «перешагивание» | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения | Повторение разминки с гимнастическим и скамейками и прыжка в высоту с прямого разбега, проведение прыжков в высоту способом «перешагивание», разучивание подвижной игры «Вышибалы с кеглями» | Разминка с гимнастическими скамейками. Прыжок в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту способом «перешагивание». Подвижная игра «Вышибалы с кеглями» | Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями» | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», 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 | Секундомер, свисток, 4 гимнастические скамейки, планка и стойки для прыжков в высоту, средний мяч | Прочитать текст «Физкультминутка», познакомиться с первым комплексом на с. 115-116 учебника |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|--|------------------------------|----------------------|--|---|---|---|---|--|---|---|
| | | | | | | | | | ранением» | | | |
| Знания о физической культуре | | | | | | | | | | | | |
| 65 | 21.02 | | Физкультминутка | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, самоанализа и коррекции действий | Знакомство с физкультминутками, изучение разминки с включенными упражнениями из физкультминутки, повторение прыжка в высоту способом «перешагивание» и подвижной игры «Вышибалы с ранением» | Физкультминутка, разминка с включением упражнений из физкультминутки. Прыжок в высоту способом «перешагивание». Подвижная игра «Вышибалы с ранением» | Знать, что такое физкультминутка и, как выполняется прыжок в высоту способом «перешагивание», правила игры «Вышибалы с ранением» | Коммуникативные: владеть монологической и диалектической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Секундомер, свисток, планка и стойки для прыжков в высоту, средний мяч | Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами. Попробовать засечь время, сколько получится простоять |
| Гимнастика с элементами акробатики | | | | | | | | | | | | |
| 66 | 22.02 | | Знакомство с опорным прыжком | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, развития исследовательских навыков | Повторение разминки с включенными упражнениями из физкультминутки, повторение прыжка в высоту спиной вперед, совершенствование прыжка в высоту способом «перешагивание», знакомство с опорным | Разминка с включением упражнений из физкультминутки. Прыжок в высоту спиной вперед. Прыжок в высоту способом «перешагивание». Опорный прыжок. Подвижная игра «Ловишка | Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперед, опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хобах» | 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, сохранять заданную цель. | 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, планка и стойки для прыжков в высоту, гимнастический мостик, гимнастический козел, 2 мяча-хоба | Познакомиться со вторым комплексом упражнений из физкультминутки на с. 117 учебника |

| | | | | | | | | | | | | |
|---------|---------------|--|-------------------------------------|----------------------|--|--|---|---|---|---|--|---------------------------------------|
| | | | | | | прыжком, проведение подвижной игры «Ловишка на хобах» | на хобах» | | Познавательные: выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», спиной вперед, опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хобах» | сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | | |
| 67 - 68 | 24.02 - 28.02 | | Опорный прыжок | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий | Разучивание разминки с включенными упражнениями из физкультминутки, повторение техники опорного прыжка и подвижной игры «Ловишка на хобах» | Разминка с включенными упражнениями из физкультминутки, опорный прыжок. Подвижная игра «Ловишка на хобах» | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хобах» | Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хобах» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Секундомер, свисток, гимнастический мостик, гимнастический козел, 2 мяча-хоба, 2 гимнастические скамейки | Повторить выпрыгивания или приседания |
| 69 | 01.03 | | Контрольный урок по опорному прыжку | Контрольный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий | Повторение разминки с включенными упражнениями из физкультминутки, совершенствование техники опорного прыжка, проведение | Разминка с включенными упражнениями из физкультминутки, опорный прыжок. Подвижная игра | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения.. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять опорный | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных | Секундомер, свисток, гимнастический мостик, гимнастический козел, 2 гимнастические скамейки, инвентарь для подвижных игр | Делать зарядку ежедневно |

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--|--|--------------------------------------|----------------------|---|---|--|--|--|---|--|---|
| | | | | | | подвижной игры по желанию учеников | | | прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее | социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из разных ситуаций | | |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | | | | | | | |
| 70 - 71 | 03.03 07.03 | | Броски мяча через волейбольную сетку | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, индивидуального личностного обучения | Разучивание разминки с мячами, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку» | Разминка с мячами. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Вышибалы через сетку» | Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку» | Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты | Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, волейбольная сетка | Вспомнить правила игры «Пионербол» |
| 72 - 73 - 74 - 75 | 08.03 10.03 14.03 15.03 | | Подвижная игра «Пионербол» | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения | Повторение разминки с мячом, совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку и ловли мяча, повторение подвижной игры «Пионербол», | Разминка с мячом. Броски мяча через волейбольную сетку и ловля мяча. Подвижная игра «Пионербол». | Знать технику выполнения бросков через волейбольную сетку, варианты ловли мяча, правила подвижной игры «Пионербол» | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять броски | 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 | Повторить отжимания от пола. Запомнить, сколько получится сделать за 30 с |

| | | | | | | | | | | | | |
|---------|---------------|--|-------------------------------|----------------------|---|--|---|--|--|---|---|---|
| | | | | | | | | | мяча через волейбольную сетку, ловлю мяча, играть в подвижную игру «Пионербол» | | | |
| 76 - 77 | 17.03 - 21.03 | | Упражнения с мячом | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества | Разучивание разминки с мячом и упражнений с мячами в парах. Повторение подвижной игры «Пионербол» | Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Пионербол» | Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол» | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Секундомер, свисток, волейбольные мячи по количеству занимающихся, волейбольная сетка | Повторить шпагаты – прямые и продольные |
| 78 - 79 | 22.03 - 24.03 | | Волейбольные упражнения | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения | Повторение разминки с мячом, проведение волейбольных упражнений, повторение подвижной игры «Пионербол» | Разминка с мячом. Волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол» | Знать, какие бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол» | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Секундомер, свисток, мячи по количеству занимающихся, волейбольная сетка | Повторить отжимания от пола |
| 80 | 04.04 | | Контрольный урок по волейболу | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа | Разучивание разминки с мячом | Разминка с мячом в движении. | Знать технику выполнения волейбольных | Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать | Развитие этических чувств, доброжелательности | Секундомер, свисток, мячи по | Посмотреть иллюстра |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|--|---|--|---|---|---|------------------------------------|
| | | | | | и коррекции действий, педагогики сотрудничества | движении, контрольная проверка знаний и умений из области волейбола, повторение подвижной игры «Пионербол» | Умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол» | упражнений, правила подвижной игры «Пионербол» | свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно оценивать свое действие и действие партнера. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол» | , сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | количеству занимающихся, волейбольная сетка | ции метания на с. 102-103 учебника |
|--|--|--|--|--|---|--|---|--|---|---|---|------------------------------------|

Легкая атлетика

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|--|--|--|--|--|---|---|--|--|---|
| 81 | 05.04 | | Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы» | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуального личного обучения | Разучивание разминки с набивным мячом. Повторение техники броска набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы». Проведение подвижной игры «Точно в цель» | Разминка с набивным мячом. Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы». Подвижная игра «Точно в цель» | Знать, технику выполнения броска набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы», правила подвижной игры «Точно в цель» | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя.. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди» «снизу» и «из-за головы», 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, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, набивные мячи (1кг) по количеству занимающихся, 10 мячей, рулетка | Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине за 30 с |
| 82 | 07.04 | | Броски набивного мяча правой и левой рукой | Урок повторения и закрепления изученного материала | Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуального личного обучения | Повторение разминки с набивным мячом. Повторение техники броска набивного мяча | Разминка с набивным мячом. Броски набивного мяча правой и левой рукой. | Знать технику выполнения броска набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение | Секундомер, свисток, набивные мячи (1кг) по количеству занимающихся, 10 мячей, | Повторить вис на гимнастической стенке, шведской стенке |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|----------|--|-------------------------------|----------------|--|---|---------|-----------------|
| | | | | | обучения | правой и левой рукой. Повторение подвижной игры «Точно в цель» | Подвижная игра «Точно в цель» | «Точно в цель» | Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Познавательные: бросать набивной мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель» | социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | рулетка | или перекладине |
|--|--|--|--|--|----------|--|-------------------------------|----------------|--|---|---------|-----------------|

Гимнастика с элементами акробатики

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|---|------------------|--|--|--|---|---|--|--|---|
| 83 | 11.04 | | Тестирование виса на время | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Разучивание с разминки с гимнастическими палками. Проведение тестирования виса на время. Повторение подвижной игры «Борьба за мяч» | Разминка с гимнастическими палками. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Борьба за мяч» | Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч» | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч» | Развитие 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, гимнастические палки по количеству занимающихся, гимнастическая стенка, тетрадь для записей, ручка, средний мяч | Повторить наклоны из положения стоя |
| 84 | 12.04 | | Тестирование наклона вперед из положения стоя | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение с разминки с гимнастическими палками и правил спортивной игры «Гандбол», проведение тестирования наклона вперед из положения стоя | Разминка с гимнастическими палками, спортивная игра «Гандбол», тестирование наклона вперед из положения стоя | Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила спортивной игры «Гандбол» | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о | Секундомер, свисток, гимнастические палки по количеству занимающихся, гимнастическая скамейка, тетрадь для записей, ручка, средний мяч, линейка, | Повторить технику прыжка в длину с места или приседания |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|--|---------------------------------------|------------------|--|--|--|---|---|--|--|---|
| | | | | | | | | | тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в спортивную игру «Гандбол» | нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | двое ворот | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | |
| 85 | 14.04 | | Тестирование прыжка в длину с места | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Проведение разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, проведение тестирования прыжка в длину с места и спортивной игры «Гандбол» | Разминка, направленная на подготовку организма к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол» | Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол» | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, двое ворот для гандбола, мяч, рулетка | Мальчишкам повторить подтягивания в висе (по возможности) или отжимания от пола. Девочкам повторить отжимания от пола |
| Гимнастика с элементами акробатики | | | | | | | | | | | | |
| 86 | 18.04 | | Тестирование подтягиваний и отжиманий | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подтягиваний и отжиманий. Проведение спортивной игры «Гандбол» | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягиваний и отжиманий, спортивная игра «Гандбол» | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, 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 подтягиваний и отжиманий, 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, тетрадь для записей и ручка, высокая перекладина, средний мяч, двое ворот | Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине |

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|---|------------------|--|--|---|--|---|--|---|--|
| 87 | 19.04 | | Тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с. | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с. Проведение спортивной игры «Гандбол» | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с., спортивная игра «Гандбол» | Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с., 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 подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с., 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, тетрадь для записей и ручка, средний мяч, 2 баскетбольных кольца, гимнастический мат | Повторить подбрасывание и ловлю малого мяча или игрушки из руки в руку |
|----|-------|--|---|------------------|--|--|---|--|---|--|---|--|

Подвижные и спортивные игры

| | | | | | | | | | | | | |
|---------|----------------|--|--------------------------|----------------------|--|---|---|--|--|--|--|--------------------------------|
| 88 - 89 | 21.04 25.04 | | Баскетбольные упражнения | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, проблемного обучения и развивающего обучения | Разучивание разминки с мячом. Проведение баскетбольных упражнений. Повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо. Проведение спортивной игры «Баскетбол» | Разминка с мячом. баскетбольные упражнения. Броски мяча в баскетбольное кольцо. Спортивная игра «Баскетбол» | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения, 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 |
|---------|----------------|--|--------------------------|----------------------|--|---|---|--|--|--|--|--------------------------------|

Легкая атлетика

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|-----------------------------|------------------|---------------------------------|------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|---|---|----------------------------------|--------------------|
| 90 | 26.04 | | Тестирование метания малого | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа | Повторение разминки с мячом. | Разминка с мячом. Тестирование | Знать правила проведения тестирования | Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать | Развитие этических чувств, доброжелательности | Секундомер, свисток, тетрадь для | Повторить отжимани |
|----|-------|--|-----------------------------|------------------|---------------------------------|------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|---|---|----------------------------------|--------------------|

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|------------------|--|--|---|--|--|--|--|---|-----------|
| | | | мяча на точность | | и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Проведение тестирования по метанию малого мяча на точность. Проведение спортивной игрой «Баскетбол» | метания малого мяча на точность. Спортивная игра «Баскетбол» | метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол» | свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в баскетбол | 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 | записей и ручка, мячи по количеству занимающихся, мишень и мяч для тестирования, баскетбольные кольца | я от пола |
|--|--|--|------------------|--|--|---|--|--|--|--|---|-----------|

Подвижные и спортивные игры

| | | | | | | | | | | | | |
|---------|---------------|--|-----------------------------|----------------------|---|---|--|---|---|---|--|---|
| 91 - 92 | 28.04 - 02.05 | | Спортивная игра «Баскетбол» | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, проблемного обучения | Разучивание разминки в движении с мячом. Совершенствование техники бросков мяча в баскетбольное кольцо. Проведение спортивной игрой «Баскетбол» | Разминка в движении с мячом. Броски мяча в баскетбольное кольцо. Спортивная игра «Баскетбол» | Знать технику выполнения 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 различными способами, играть в баскетбол | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; 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

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|--------------------|----------------------|--|--|--|--|--|--|--|-----------------------------------|
| 93 | 03.05 | | Беговые упражнения | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, проблемного обучения | Разучивание разминки в движении, проведение беговых упражнений и подвижной игры «Командные хвостики» | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра «Командные хвостики» | Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Командные хвостики» | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; | Секундомер, свисток, конус, ленточки длиной 30 см двух цветов на две команды | Повторить технику высокого старта |
|----|-------|--|--------------------|----------------------|--|--|--|--|--|--|--|-----------------------------------|

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|--|---|------------------|--|---|---|---|---|---|--|--|
| | | | | | | | | | <p>познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять беговые упражнения и играть в подвижную игру «Командные хвостики»</p> | <p>развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p> | | |
| 94 | 05.05 | | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и самокоррекции действий, развитие навыков самодиагностики | Повторение разминки в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, разучивание подвижной игры «Ножной мяч» | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта Подвижная игра «Ножной мяч» | Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Ножной мяч» | <p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Ножной мяч»</p> | <p>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</p> | Секундомер, свисток, тетрадь для записей, ручка, футбольный мяч, конус | Потренироваться касаться кончика носа указательным пальцем правой и левой руки, стоя с закрытым и глазами руки в стороны |
| 95 | 09.05 | | Тестирование челночного бега 3x10 м | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и самокоррекции действий, развитие навыков самодиагностики | Разучивание беговой разминки, поведение тестирования челночного бега 3x10 м, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | Беговая разминка, тестирование челночного бега 3x10 м. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3x10 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование</p> | <p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,</p> | Секундомер, свисток, мячи для метания (один на пару занимающихся), тетрадь для записей, ручка, рулетка на 10 м (при необходимости) | Повторить шпагаты – прямой и продольные |

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|-------|--|--|----------------------|--|---|--|--|---|---|--|--|
| | | | | | | | | | челночного бега 3x10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | формирование установки на безопасный образ жизни | | |
| 96 | 10.05 | | Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность | Контрольный урок | Здоровьесбережения, самоанализа и самокоррекции действий, развитие навыков самодиагностики | Повторение беговой разминки. Проведение тестирования метания мешочка (мяча) на дальность и подвижной игры «Флаг на башне» | Беговая разминка. Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность. Подвижная игра «Флаг на башне» | Знать, как проходит тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, правила подвижной игры «Флаг на башне» | 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 мешочка (мяча) на дальность, играть в подвижную игру «Флаг на башне» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, тетрадь для записей, ручка, 2 мешочка (мяча) для метания, 2 платка, рулетка (при необходимости) | Повторить наклоны из положения сидя и лежа |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | | | | | | | |
| 97 | 12.05 | | Футбольные упражнения | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, развивающего обучения | Разучивание разминки с мячами, проведение футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол» | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол» | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру | 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, футбольные мячи по количеству занимающихся, 4 стойки | Повторить отжимания от пола |

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|-------|--|--------------------------|--|---|---|--|--|--|--|---|---|
| | | | | | | | | | «Футбол» | | | |
| 98 | 16.05 | | Спортивная игра «Футбол» | Урок повторения и закрепления изученного материала | Здоровьесбережения, педагогика сотрудничества, самоанализа и коррекции действий | Повторение разминки с мячами, проведение футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол» | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол» | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в 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, футбольные мячи по количеству занимающихся, 4 стойки | Повторить выпрыгивания («лягушка») или приседания |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | |
| 99 | 17.05 | | Бег на 1000 м | Контрольный урок | Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, самодиагностики результатов | Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол» | Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол» | Знать правила проведения тестирования 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 дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Секундомер, свисток, тетрадь для записей и ручка, двое ворот, футбольный мяч | Подумать, в какие спортивные игры можно поиграть на следующем уроке |
| Подвижные игры | | | | | | | | | | | | |
| 100 | 19.05 | | Спортивные игры | Комбинированный урок | Здоровьесбережения, педагогика | Разучивание разминки в движении, | Разминка в движении, спортивные | Знать технику передачи эстафетной | Коммуникативные: представлять конкретное | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, | Секундомер, свисток, футбольный | Подумать, во что играть на |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|--------------------|--------------------------------------|---|---|---|--|-----------------------------|--|---|---|--|--|-----------------------------|--|
| | | | | | сотрудниче ства | проведение спортивных выбранных желанию учеников эстафеты передачей эстафетной палочки | 2-3 игр, по и с | игры, эстафета с передачей эстафетной палочки | палочки, правила выбранных спортивных игр | 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: передавать эстафетную палочку во время эстафеты, играть в спортивные игры | умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | мяч, баскетбольн ый мяч, средний мяч, футбольные ворота, баскетбольн ые кольца, 2 эстафетные палочки | заключит ельном уроке | |
| 101 - 102 | 23.05 24.05 | Подвижные и спортивные игры | Урок повторения и закреплени я изученного материала | Здоровьесбер ежения, развития навыков обобщения и систематизац ии знаний, педагогика сотрудниче ства | Проведение разминки в движении, подвижные и спортивные игр, желанию учеников, подведение итогов года | Разминка в движении, подвижные и спортивные игр, подведение итогов года | | Знать, как выбирать подвижные и спортивные игр, правила выбранных игр, 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, доброжелательности и эмоционально- нравствен-ной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Секундомер, свисток, инвентарь для подвижных игр | На каникулах не забывать о физическ ой подготов ке – побольше кататься на велосипе де, роликовы х коньках, плавать, т.е вести здоровый и подвижн ый образ жизни | | |
| ИТОГО: 102 часа | | | | | | | | | | | | | | |

СОГЛАСОВАНО

Рассмотрена на заседании
методического объединения
гуманитарного цикла,
протокол № 1 от 31.08.2016
Руководитель МО:

_____/ Н.П. Калабухова
(подпись) (Ф.И.О.)

Протокол заседания
методического совета
МБОУ Суховской СОШ
№ 1 от 31.08.2016 г.
Руководитель МС:

_____/ Т.Н. Грицунова
(подпись) (Ф.И.О.)

Заместитель директора
по УВР:

_____/ Т.Н. Грицунова
31.08.2016 г.
(дата)