

На курс «Физическая культура» в 1 классе отводится 99 часов, по 3 часа в неделю.

Личностные, метапредметные и 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 Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373) данная рабочая программа для 1 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры ит. 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).

Содержание курса

Знания о физической культуре. Что такое координация движений; что такое дистанция; как возникли физическая культура и спорт. Ученики получают первоначальные сведения об Олимпийских играх — когда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; получают представление о том, что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; получают первоначальные сведения о внутренних органах человека и его скелете; узнают, что такое гимнастика, где появилась и почему так названа; что такое осанка.

Гимнастика с элементами акробатики. Ученики научатся строиться в шеренгу и колонну; размыкаться на руки в стороны; перестраиваться разведением в две колонны; выполнять повороты направо, налево, кругом; команды «равняйся», «смирно», «по порядку рассчитайся», «на первый-второй рассчитайся», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»; выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; запоминать короткие временные отрезки; подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа; выполнять вис на время; проходить станции круговой тренировки; выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове; лазать и перелезть по гимнастической стенке; лазать по канату; выполнять висы на перекладине; прыжки со

скакалкой, в скакалку, вращение обруча; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись и переворот на гимнастических кольцах.

Легкая атлетика. Ученики научатся технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м; выполнять челночный бег 3x10м; беговую разминку; метание как на дальность, так и на точность; технике прыжка в длину с места; выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, а также прыжок в высоту спиной вперед; бегать различные варианты эстафет; выполнять броски набивного мяча от груди и снизу.

Лыжная подготовка. Ученики научатся переносить лыжи по команде «на плечо», «под рукой»; выполнять ступающий и скользящий шаг как с палками, так и без, повороты переступанием как с палками, так и без, подъем на склон «полуелочкой» с лыжными палками и без них, спуск под уклон в основной стойке с лыжными палками и без них; торможение падением; проходить дистанцию 1,5 км; кататься на лыжах «змейкой».

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

Распределение учебных часов по разделам программы

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	34	8
Легкая атлетика	19	10
Лыжная подготовка	12	1

Подвижные игры	28	2
Общее количество часов	99	22

Календарно-тематическое планирование 1 класс

№ уро-ка	Тема урока	Дата проведения		Тип урока	Решаемые проблемы	Элементы содержанияк онтроль	Планируемые результаты		
		план	факт				Предметны е	УУД	Личностные
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Знания о физической культуре									
1.	Организац ионно-методическ ие указания	01.09-05.09		Изуче-ние нового материала	Научить строиться в шеренгу и колонну; ознакомле-ние с орга-низационно-методиче-скими требова-ния-ми; разучивание подвижной игры «Ловишка»	Изучение понятий «шеренга» и «колонна», обучение передвижени ю в колонне; выполнение игрового упражнения; подвижная игра «Ловишка»	Дифференц ировать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строиться в колонну в движении; понимать, какие требования необходимо выполнять для занятий физкультуро й; научиться играть в подвижную игру «Ловишка»	Коммуникативные: формир овать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательн ые: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательнос ти и эмоционально-нравственной отзывчивости
Легкая атлетика									

2.	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	01.09-05.09		Конт-рольный урок	Повторение построения в шеренгу и колонну. Разучивание поворотов направо и	Повороты направо и налево. Строевые команды «равняйся», «смирно».	Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные:	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					Разучивание разминки в движении. Проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта. Повторение подвижной игры «Ловишка»	Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Ловишка»	на 30 м с высокого старта	формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Ловишка»	формирование чувства гордости за свою Родину
3.	Техника челночного бега	01.09-05.09		Изучение нового материала	Повторение строевых упражнений; проведение разминки в движении; знакомство с техникой челночного	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; подвижная игра	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					бега; разучивание подвижной игры «Прерванные пятнашки»	«Прерванные пятнашки»	движении; понимать технику выполнения челночного бега	и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижной игры «Прерванные пятнашки»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
4.	Тестирование челночного бега 3x10м	08.09-12.09		Конт-рольный урок	Знакомство с понятием «дистанция» Разучивание разминки на месте. Проведение тестирования челночного бега 3x 10 м с высокого старта. Повторение подвижной игры «Прерванные пятнашки»	Удержание дистанции. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка на месте; тестирование челночного бега 3x 10 м с высокого старта; подвижная игра «Прерванные пятнашки»	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; уметь выполнять разминку на месте; понимать правила тестирования челночного бега	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; становиться рабочими отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Прерванные пятнашки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности
Знания о физической культуре									

5.	Возникновение физической культуры и спорта	08.09-12.09		Изучение нового материала	Повторение понятия «дистанция» ³ знакомство с тем, как возникли физическая культура и спорт. Разучивание разминки в движении и подвижной	Удержание дистанции. Знакомство с теорией возникновения физической культуры и спорта. Разминка в движении по кругу.	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать, как возникли физическая культура и спорт; уметь выполнять разминку в движении по кругу; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности.	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					игры «Гуси-лебеди»			Познавательные: уметь рассказать о возникновении физкультуры и спорта, правилах проведения подвижной игры «Гуси-лебеди»	социальных ситуациях, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических

									потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность
Легкая атлетика									
6.	Тестирование метания мешочка на дальность	08.09-12.09		Контрольный урок	Повторение поворотов направо-налево. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений. Проведение тестирования метания мешочка на дальность. Повторение подвижной игры «Гуси-лебеди»	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй расчитайсь». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	Знать, как рассчитывать себя на первый-второй и как перестраиваться по этому расчету. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации и движений; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»; помнить стихотворное сопровождение	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о правилах проведения тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной игры «Гуси-лебеди»	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы

									из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Подвижные игры									
7.	Русская народная подвижная игра «Горелки»	15.09-19.09		Изучение нового материала	Знакомство с размыканием на руки в стороны. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений. Знакомство с правилами игры «Горелки». Разучивание упражнения на развитие внимания и равновесия	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй Расчитайсь», «на руки в стороны разомкнись». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания и равновесия.	Знать, как размыкаться на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации и движений; понимать правила подвижной игры «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные : формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. Познавательные: уметь размыкаться на руки в стороны, рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горелки»	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях

Знания о физической культуре									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8.	Олимпийские игры	15.09-19.09		Изучение нового материала	Знакомство с Олимпийскими играми, олимпийскими символами и традициями.	Рассказ об Олимпийских играх — символике и традициях. Разминка с мешочками.	Знать, что такое Олимпийские игры, какие символы и традиции у них существуют. Уметь выполнять разминку с мешочками;	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
					Разучивание разминки с мешочками. Знакомство с техникой метания мешочка на дальность, с правилами игры «Колдунчики»	Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики»	уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики»	выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики»	развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
9.	Что такое физическая	15.09-		Комбинированный	Знакомство с понятием	Рассказ о физической	Знать, что такое	Коммуникативные: с достаточной полнотой и	Развитие мотивов учебной

	культура?	19.09		урок	«физическая культура». Повторение разминки с мешочками. Закрепление техники метания мешочка на дальность. Повторение правил подвижной игры «Колдунчики»	культуре. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики»	физическая культура. Уметь выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики»	точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о понятии «физическая культура», а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики»	деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10	Темп и ритм	22.09-26.09		Изучение нового материала	Знакомство с понятиями «темп» и «ритм». Разучивание разминки в кругу, подвижных игр «Салки» и	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Подвижные	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в кругу; понимать правила подвижных	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;

					«Мышеловка»	игры «Салки» и «Мышеловка»	игр «Салки» и «Мышеловка»	познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
Подвижные игры									
11	Подвижная игра «Мышеловка»	22.09-26.09		Комбинированный урок	Повторение понятий «темп» и «ритм». Проведение разминки в движении. Повторение подвижных	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в движении. Подвижные	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила подвижных	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: форм	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие

					игр «Салки» и «Мышеловка».	игры «Салки» и	игр «Салки» и «Мышеловка»	ировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие на-выков сотрудничества со
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					Знакомство с усложненными вариантами «Мышеловки»	«Мышеловка»		(учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. Познавательные: уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	сверстниками
Знания о физической культуре									
12	Личная гигиена человека	22.09-26.09		Изучение нового материала	Знакомство с понятием «гигиена». Проведение разминки в движении. Разучивание подвижной игры «Салки с домиком». Знакомство с техникой	Гигиена человека. Разминка в движении. Техника высокого старта. Команды «на старт», «внимание», «марш». Подвижная	Знать, что такое гигиена. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила подвижной игры «Салки с	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

					высокого старта и командами «на старт», «внимание», «марш»	игра «Салки с домиками»	домиками», технику выполнения высокого старта, как выполнять команды «на старт», «внимание», «марш»	познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о личной гигиене человека, а также о правилах проведения подвижной игры	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
								«Салки с домиками» и о технике выполнения высокого старта	
Легкая атлетика									
13	Тестирование метания малого мяча на точность	29.09-03.10		Контрольный урок	Разучивание разминки с малыми мячами. Проведение тестирования метания малого мяча на точность. Разучивание подвижной игры «Два Мороза»	Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Два Мороза»	Знать, как проводятся разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность; понимать правила подвижной игры «Два Мороза»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча на точность и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не

									создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости
Гимнастика с элементами акробатики									
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя	29.09-03.10		Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; понимать правила	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					вперед из положения стоя. Повторение подвижной игры «Два Мороза». Выполнение упражнения на запоминание временного отрезка	стоя. Подвижная игра «Два Мороза». Упражнение на запоминание временного отрезка	подвижной игры «Два Мороза»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени	сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»	ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	29.09-03.10		Контрольный урок	Проведение разминки, направленной на развитие гибкости, тестирование подъема туловища за 30 с. Разучивание подвижной игры «Волк во рву». Выполнение упражнения на запоминание временного отрезка	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища за 30 с. Подвижная игра «Волк во рву». Упражнение на запоминание временного отрезка.	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»; уметь запоминать десятисекундный отрезок	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования подъема туловища из положения лежа и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности

							времени		и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасность
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Легкая атлетика									
16	Тестирование прыжка в длину с места	06.10.10		Контрольный урок	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирования прыжка в длину с места. Повторение подвижной игры «Волк во	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву».	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации и движений, тестирование прыжка в длину с места;	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и

					рву».		понимать правила подвижной игры «Волк во рву»	правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»	эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
--	--	--	--	--	-------	--	---	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

17	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа	Об. 10-10. 10		Контрольный урок	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирования	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование подтягивания на	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации и движений, тестирование	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств,
----	--	---------------	--	------------------	--	---	---	--	---

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					подтягивания на низкой перекладине из виса лежа	низкой перекладине из виса лежа Подвижная игра «Охотник и зайцы»	перекладине из виса лежа; понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
18	Тестирование виса на время	06.10-10.10		Контрольный урок	Проведение разминки у гимнастической стенки, тестирования виса на время. Повторение подвижной	Разминка у гимнастической стенки. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Охотник и	Знать, как проводятся разминка у гимнастической стенки, тестирование виса на время;	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной

					игры «Охотник и зайцы» -	зайцы»	понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования вися на время и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»	роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
19	Стихотворное сопровождение на уроках	13.10-17.10		Изучение нового материала	Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Разучивание	Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто	Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровожде	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения,

					подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	быстрее схватит» и «Совушка»	нием, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
20	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации и движений	13. 10-17. 10		Репродуктивный урок	Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Повторение подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Знать, как проводятся разминки со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					«Совушка»			заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
Подвижные игры									
21	Ловля и броски мяча в парах	13.10-17.10		Изучение нового материала	Разучивание разминки с мячами, упражнений с мячом в парах, подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Осада города»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку,	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других

								рассказать правила проведения	людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
								подвижной игры «Осада города»	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
22	Подвижная игра «Осада города»	20.10-24.10		Репродуктивный урок	Повторение разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом в парах.	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячами в	Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения,

					Повторение подвижной игры «Осада города»	игра «Осада города»	парах и подвижная игра «Осада города»	своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»	принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о
--	--	--	--	--	--	---------------------	---------------------------------------	--	--

									нравственных норм, социальной справедливости и свободе
23	Индивидуальная работа с мячом	20.10-24.10		Комбинированный урок	Разучивание разминки с мячами. Проведение	Разминка с мячами. Упражнения с мячами:	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются	Коммуникативные: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля. Повторение подвижной игры «Осада города»	ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Осада города»	ведение мяча, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Осада города»	работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»	освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие

									самостоятельность и и личной ответственности
24	Школа укроше-ния мяча	20. 10- 24. 10		Комбиниро ванный урок	Повторение разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля. Разучивание подвижной игры «Вышибалы»	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Вышиба-лы»	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняютс я ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Вышибалы »	Коммуникативные: формир овать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение ви-деть указанную ошибку и исправлять ее по нас-тавлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально- нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельност и и личной
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

								самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы»	ответственности
25	Подвижная игра «Ночная охота»	27.10-31.10		Комбинированный урок	Разучивание новой разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. Разучивание подвижной игры «Ночная охота»	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение, броски, ловля, перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота»	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности
26	Глаза закрывай — упражненье начинай	27.10-31.10		Комбинированный урок	Разучивание разминки с закрытыми глазами. Проведение упражнений с мячом:	Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами: ведение, броски,	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. Повторение подвижной игры «Ночная охота»	ловля, перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота»	ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение	форма речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами	освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и
27	Подвижные игры	27.10-31.10		Репродуктивный урок	Повторение разминки с закрытыми глазами. Проведение двух-четырех игр по желанию учеников. Подведение итогов	Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов четверти	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение, как подводятся	К.: слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Р.: формировать ситуацию саморегуляции — рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков

					четверти		итоги четверти	контроль. <i>Л.</i> : формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Гимнастика с элементами акробатики									
28	Перекаты	10. 11- 14. 11		Изучение нового материала	Разучивание разминки на матах, техники выполнения группировки, перекатов, подвижной игры «Удочка»	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка»	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила подвижной	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку на матах, делать группировку,	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие

							игры «Удочка»	перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни
29	Разновидности перекатов	10.11-14.11		Комбинированный урок	Повторение разминки на матах, техники выполнения группировки, перекатов, подвижной игры «Удочка»	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка»	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты, их виды, правила игры «Удочка»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания

									чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
								нию препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни
30	Техника выполнения кувырка вперед	10.11-14.11		Комбинированный урок	Проведение разминки на матах. Повторение перекатов. Разучивание техники выполнения кувырка вперед. Повторение	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Удочка».	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила игры	К.: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Р.: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательнос

					движной игры «Удочка»		«Удочка»	образцу и заданному правилу. П.: уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Удочка»	ти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности
31	Кувырок вперед	17.11-21.11		Комбинированный урок	Познакомить с понятием осанки. Проведение разминки на матах.	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная	Знать, что такое осанка, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и	К.: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения. Р.: осознавать самого себя как движущую	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					Повторение перекатов, техники выполнения кувырка вперед. Разучивание подвижной игры «Успей убрать»	игра «Успей убрать»	кувырка вперед, правила игры «Успей убрать»	ую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. П.: уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Успей убрать»	и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование

									установки на безопасный, здоровый образ жизни
32	Стойка на лопатках, «мост»	17.11-21.11		Комбинированный урок	Повторение понятия «осанка». Проведение разминки на сохранение правильной осанки. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Разучивание стойки на лопатках и «моста», подвижной игры «Волшебные елочки»	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки»	Знать, что такое осанка, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила игры «Волшебные елочки»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего обучения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
33	Стойка на лопатках, «мост» —	17.11-21.11		Комбинированный урок	Проведение разминки на сохранение	Разминка, направленная на сохранение	Знать, как проводится разминка,	К.: слушать и слышать друга и учителя; представлять конкретное	Развитие мотивов учебной деятельности и

	совершенство	11			правильной осанки. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Повторение стойки на лопатках и «моста», подвижной игры «Волшебные елочки»	правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки»	направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила подвижной игры «Волшебные елочки»	содержание и излагать его в устной форме. P.: формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. П.: уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни
34	Стойка на голове	24.11-28.11		Изучение нового материала	Разучивание разминки на матах с резиновыми кольцами. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Разучивание	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Кувырок вперед. Стойка на голове. Игровое упражнение	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения	К.: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки. P.: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности

					техники		кувырка вперед и стойки на голове	действие по	и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					выполнения стойки на голове. Проведение игрового упражнения на матах			образцу и заданному правилу. П.: уметь вы- полнять разминку на ма-тах с резиновыми коль-цами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание	потребностей, ценностей и чувств
35	Лазанье по гимнастиче ской стенке	24. 11- 28. 11		Комбиниро ванный урок	Проведение разминки на матах с резиновыми кольцами. Повторение техники выполнения стойки на голове. Проведение лазанья по гимнастическо	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Лазанье по гимнастическ ой стенке. Стойка на голове. Игровое упражнение	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения стойки на голове	Коммуникативные: эффект ивно сотрудни-чать и способствовать продуктивной коопе-рации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. Регулятивные: доб ывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельност и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о

					й стенке, игрового упражнения на матах			осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
36	Перелезание на гимнастической стенке	24.11-28.11		Комбинированный урок	Проведение разминки с гимнастическими палками. Повторение техники выполнения стойки на голове и кувырка вперед. Проведение лазанья и перелезания на гимнастической стенке, игрового упражнения на матах	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Стойка на голове. Кувырок вперед. Игровое упражнение	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. Регулятивные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, стойку на голове, кувырок вперед, проводить игровое	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

								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; установки на безопасный, здоровый образ жизни
37	Висы на перекладине	01.12-05.12	Комбинированный урок	Проведение разминки с гимнастическими палками, лазанья и перелезания на	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на	Знать, что такое вис, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической	К.: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					гимнастическо й стенке. Разучивание различных висов на перекладине Проведение подвижной игры «Удочка»	гимнастическ ой стенке. Вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладинеП одвижная игра «Удочка»	стенке	условиями коммуника- ции. Р.: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, формировать способность к преодоле-нию препятствий и самокоррекции. П.: уметь выполнять разминку с гимнастичес- кими палками, лазанье и перелезание на гимна- стической стенке, выпол- нять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на пере- кладине, проводить под- вижную игру «Удочка»	эмоционально- нравственной отзывчивости; развитие самостоятельност и и личной ответственности за свои поступки; развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
38	Круговая тренировка	01. 12- 05. 12		Комбиниру -ванный урок	Проведение разминки с гимнастическ ими палками, лазанья и пе- релезания на гимнастическо й стенке, кувырков вперед, перекатов, висов, стойки на	Разминка с гимнастическ ими палками. Лазанье и перелезание на гимнастическ ой стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладинеК руговая	Знать, что такое круговая тренировка, как проводится разминка с гимнастичес кими палками, технику перелезания на гимнастичес	Коммуникативные: слушат ь и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точ-ностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение са-мостоятельно выделять и формулировать познава-тельную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	Развитие мотивов учебной деятельности и формиру-вание личностного смысла учения, принятие и освое- ние социальной роли; раз-витие этических чувств, доброжелательнос ти и эмоционально- нравствен-ной

							кой стенке и стойки на голове		отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					голове, игрового упражнения на внимание	тренировка. Игровое упражнение		<i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию	нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный образ жизни, эстетических потребностей, ценностей и чувств
39	Прыжки со скакалкой	01.12-05.12		Изучение нового материала	Проведение разминки со скакалкой. Разучивание прыжков со скакалкой и в скакалку. Проведение	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель»	Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать	<i>К.:</i> формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <i>Р.:</i> формировать умение самостоятельно	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение

					подвижной игры «Шмель»		со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель»	выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. П.: уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную игру «Шмель»	социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
40	Прыжки в скакалку	08.12-12.12		Комбинированный урок	Проведение разминки со скакалкой. Повторение прыжков со скакалкой и в скакалку. -	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра	Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в	К.: формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					Проведение подвижной игры	«Шмель»	скакалку, правила игры	условиями коммуникации. Р.: осознавать самого себя как движущую силу	эмоционально-нравственной отзывчивости,

					«Шмель»		«Шмель»	своего научения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. П.: уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой и в скакалку, проводить подвижную игру «Шмель»	сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
41	Круговая тренировка	08.12.12		Комбинированный урок	Проведение разминки со скакалкой, круговой тренировки. Разучивание подвижной игры «Береги предмет»	Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Береги предмет»	Знать, что такое круговая тренировка и какие упражнения могут в нее входить, правила игры «Береги предмет»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. П.: уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижную игру «Береги предмет»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей,

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
42	Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах	08.12-12.12		Комбинированный урок	Проведение разминки со скакалкой. Разучивание виса углом и виса согнувшись на гимнастических кольцах. Повторение подвижной игры «Волк во рву»	Разминка со скакалкой. Вис углом и вис согнувшись на кольцах. Подвижная игра «Волк во рву»	Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, правила игры «Волк во рву»	К.: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Р.: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. П.: уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом и вис согнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
43	Вис прогнувшись на гимнастических кольцах	15.12-19.12		Комбинированный урок	Проведение разминки с резиновыми кольцами.	Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис	Знать, что такое гимнастические кольца и	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование

	ских кольцах				Повторение виса углом и виса согнувшись на гимнастически х кольцах.	согнувшись и вис прогнув- шись на кольцах.	какие упражнения можно на них выполнять, как проводить разминку с двумя резиновыми кольцами,	ходе индиви-дуальной и групповой работы. Регулятивные: прое ктировать траекто-рии развития через включение в новые виды	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельност и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					Разучивание виса прогнув- шись на гимнастически х кольцах. Повторение подвижной игры «Волк во рву»	Подвижная игра «Волк во рву»	правила игры «Волк во рву»	деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнув-шись и вис прогнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву»	нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
44	Переворот назад и вперед на гимнастиче ских кольцах	15. 12- 19. 12		Комбиниро -ванный урок	Проведение разминки с резиновыми кольцами. Повторение виса углом, виса согнув- шись, виса прогнув-шись на	Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах.	Знать, что такое гимнастичес кие кольца и какие упражнения можно на них выполнять, как	К.: формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершае-мых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Р.: определят ь новый уро-вень отношения к само-му себе как субъекту де-ятельности; контроли-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие

					гимнастических кольцах. Разучивание переворота назад и вперед на гимнастических кольцах, подвижной игры «Попрыгунчики-воробушки»	Подвижная игра «Попрыгунчики-воробушки»	проводить разминку с двумя резиновыми кольцами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	рывать свою деятельность по результату. П.: уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
45	Вращение обруча	15. 12-19. 12		Комбинированный урок	Проведение разминки с обручами. Повторение виса углом, виса согнувшись, виса прогнувшись, переворотов вперед и назад на гимнастических кольцах. Разучивание вращения	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики-воробушки»	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	Коммуникативные: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;

					обруча. Повторение подвижной игры «Попрыгунчики-воробушки»			прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
46	Обруч — учимся им управлять	22.12.26.12		Комбинированный урок	Проведение разминки с обручами. Совершенствование техники выполнения виса углом,	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-	Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: формировать умение	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					виса согнувшись, виса прогнувшись, переворотов вперед и назад на гимнасти-	назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчи	воробушки»	контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис	нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;

					ческих кольцах. Повторение вращения обруча, подвижной игры «Попрыгунчи ки-воробушки»	ки-воробушки»		согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
47	Круговая тренировка	22.12.26.12		Комбинированный урок	Проведение разминки с массажными мячами, круговой тренировки, подвижных игр по желанию учеников	Разминка с массажными мячами. Круговая тренировка. Подвижные игры	Знать, что такое массажные мячи и что с ними можно делать, правила проведения круговой тренировки	К.: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: уметь	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельнос-

									ти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
								выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить подвижные игры	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
48	Круговая тренировка	22.12-26.12		Комбинированный урок	Проведение разминки с массажными мячами, круговой тренировки, подвижных игр по желанию учеников	Разминка с массажными мячами. Круговая тренировка. Подвижные игры	Знать, что такое массажные мячи и что с ними можно делать, правила проведения круговой тренировки	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p>Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с массажными мячами, проходить станции круговой</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,

								тренировки, проводить подвижные игры	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
Лыжная подготовка									
49	Организационно-методические	12.01-16.01		Изучение нового	Организационно-методические	Проверка лыжной формы, инвентаря;	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке,	К: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	требова-			материала	требования на	ступающий	технику	содержание и излагать его в	установки на

	ния на уроках лыжной подготовки. Ступающий шаг на лыжах без палок				уроках лыжной подготовки. Ступающий шаг	лыжный шаг.	выполнения ступающего шага на лыжах без палок	устной форме. Р.: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. П.: уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом	безопасный и здоровый образ жизни
50	Скользкий шаг на лыжах без палок	12.01-16.01		Комбинированный урок	Разучивание переноски лыж под рукой. Повторение техники ступающего шага. Разучивание скользящего шага на лыжах без палок	Переноска лыж под рукой. Ступающий шаг без палок. Скользящий лыжный шаг без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок	К.: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь переносить лыжи под рукой, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
51	Повороты переступанием на лыжах без палок	12.01-16.01		Комбинированный урок	Повторение переноски лыж под рукой, техники ступающего шага и скользящего шага. Разучивание поворота переступанием на лыжах без палок	Переноска лыж под рукой; ступающий шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; поворот переступанием на лыжах без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок; технику поворота на лыжах без палок	К.: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки работы в группе и уважение к другой точке зрения. Р.: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. П.: уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми
52	Ступающий шаг на лыжах с палками	19.01-23.01		Комбинированный урок	Разучивание переноски лыж с палками под рукой. Повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок,	Переноска лыж с палками под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок;	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательны	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других

						ступающий лыжный шаг	скользящего шага на лыжах без палок, а также ступающего шага с палками	<i>e:</i> уметь	людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					поворота переступанием на лыжах без палок. Разучивание ступающего шага на лыжах с палками	с палками		передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок, передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками	выходы из спорных ситуаций
53	Скользкий шаг на лыжах с палками	19.01-23.01		Комбинированный урок	Повторение техники ступающего и скользящего шага без палок. Разучивание скользящего шага на лыжах с палками	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; слушать и слышать друг друга и учителя. P.: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. П.: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков

							лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками	шагом без палок, скользящим шагом с палками	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
54	Поворот переступанием на лыжах с палками	19.01-23.01		Комбинированный урок	Повторение техники ступающего и скользящего шага без палок и с палками. Разучивание	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без	К.: слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Р.: формировать умение со-хранять заданную цель; адекватно оценивать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					техники поворота переступанием на лыжах с палками	с палками; повороты переступанием на лыжах с палками	палок, скользящего лыжного шага с палками, а также	свои действия и действия партнеров. П.: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять повороты переступанием на лыжах с	сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать

							поворотов переступанием на лыжах с палками	палками	конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
55	Подъем и спуск под уклон на лыжах без палок	26.01-30.01		Комбинированный урок	Повторение техники ступающего и скользящего шага без палок и с палками. Разучивание техники подъема «полуелочкой» на склон и спуска со склона в основной стойке на лыжах без палок	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой»	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» без палок, а также знать технику спуска со склона в основной стойке без палок	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять спуск со склона в основной стойке и подъем на него «полуелочкой» на лыжах без палок	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
56	Подъем и спуск под уклон на лыжах с	26.01-30.01		Комбинированный урок	Повторение техники ступающего и скользящего	Скользящий и ступающий лыжный шаг с палками;	Знать правила проведения занятий по	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать уважение к иной точке	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование

	палками				шага с лыжными палками. Разучивание техники подъема «полуелочкой» на склон и спуска со склона в основной стойке на лыжах с лыжными палками. Разучивание техники торможения падением	спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Торможение падением	лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также технику спуска со склона в основной стойке с лыжными палками. Познакомиться с техникой торможения падением	зрения; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками; выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками, торможение падением	личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
57	Прохождение дистанции 1 км на лыжах	26.01-30.01		Комбинированный урок	Совершенствование техники скользящего шага с лыжными палками. Повторение техники подъема	Скользящий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон	Узнать возможность и своего организма с помощью прохождения дистанции 1 км, знать технику выполнения	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные:	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					«полуелочкой» на склон и спуска со склона в основной стойке на лыжах с лыжными палками. Проверка выносливости при прохождении дистанции 1 км	«полуелочкой» на лыжах с палками. Прохождение дистанции 1 км на лыжах	лыжными палками, а также спуска со склона в основной стойке с лыжными палками	формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км, выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками	людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
58	Скользкий шаг на лыжах «змейкой»			Комбинированный урок	Разучивание передвижения скользящим шагом на лыжах с палками «змейкой». Знакомство с биатлоном	Скользкий шаг на лыжах с палками «змейкой»; упражнение в метании на точность	Знать, как выполняется скользящий шаг на лыжах «змейкой»; знать вариант биатлонного упражнения	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие

								самокоррекции. П.: уметь передвигаться «змейкой» на лыжах и метать на точность	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
59	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах			Комбинированный урок	Проверка выносливости при прохождении дистанции 1,5 км	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; свободное катание	Узнать возможность и своего организма с помощью прохождения дистанции 1,5 км	К.: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Р.: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. П.: уметь проходить на лыжах дистанцию 1,5 км	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не

									создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
60	Контрольный урок по лыжной подготовке			Конт-роль-ный урок	Повторение техники пройденных лыжных шагов с палками и без палок, подъемов и спусков на лыжах, торможения падением.	Ступающий и скользящий шаг с палками и без палок. Спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой», торможение падением.	Узнать, как проводятся занятия по лыжной подготовке	К.: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в индивидуальной и групповой работе. Р.: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. П.: уметь выполнять лыжные ходы, спуски и подъемы, тормозить	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Гимнастика с элементами акробатики									
61	Лазанье по канату			Изучение нового	Разучивание разминки с	Разминка с гимнастическ	Знать, что такое канат,	К.: формировать навыки сотрудничества со свер-	Развитие мотивов учебной

				материала	гимнастически ми палками. Лазанье по канату. Подвижная игра «Белки в лесу»	ими палками. Лазанье по канату. Подвижная игра «Белки в лесу»	как по нему лазать, правила игры «Белки в лесу»	стниками и взрослыми; уметь понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. Р.: осознавать са-мого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятст-вий и самокоррекции. П.: уметь выполнять разминку с гимнасти-ческими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белки в лесу»	деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций	
Подвижные игры										
62	Подвиж-ная игра «Белочка-защитница»			Комбиниро-ванный урок	Повторение разминки с гимнастически ми палками. Лазанье по канату. Разучивание подвижной иг ры «Белочка-защитница»	Разминка с гимнастическ ими палками. Лазанье по канату. Подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать, что такое канат, как по нему лазать, правила игры «Белочка-защитница»	К.: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответст-вии с задачами и услови-ями коммуникации. Р.: формирова ть умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера;	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других	

									людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					защитница»			самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. П.: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций
Гимнастика с элементами акробатики									
63	Прохождение полосы препятствий			Комбинированный урок	Разучивание разминки на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Повторение подвижной игры «Белочка-защитница»	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие

								информацию; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий	самостоятельность и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
64	Прохождение усложненной полосы препятствий			Комбинированный урок	Повторение разминки на гимнастических скамейках. Преодоление усложненной полосы препятствий. Повторение подвижной игры «Белочка-защитница»	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать, что такое полосу препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница»	К.: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Р.: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. П.: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
Легкая атлетика									
65	Техника			Изучение	Разучивание	Разминка на	Знать, что	К.: добывать недостающую	Развитие мотивов

.	прыжка в высоту с прямого разбега			нового материала	разминки на гимнастических скамейках, техники прыжка в высоту с прямого	гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная	такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны»	информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Р.: формировать умение самостоятельно	учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					разбега, подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	игра «Бегуны и прыгуны»		выделять и формулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. П.: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
66	Прыжок в высоту с прямого разбега			Репродуктивный урок	Повторение разминки на гимнастических скамейках. Совершенствование техники прыжка в высоту с	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры	К.: слушать и слышать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Р.: осо-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности

					прямого разбега. Повторение подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	игра «Бегуны и прыгуны»	«Бегуны и прыгуны»	знавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. П.: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»	и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
67	Прыжок в высоту спиной вперед			Изучение нового материала	Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Разучивание техники прыжка в высоту спиной вперед, подвижной игры «Грибы-шалуны»	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Подвижная игра «Грибы-шалуны»	Знать, что такое прыжок в высоту спиной вперед, как он выполняется, правила игры «Грибы-шалуны»	К.: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Р.: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному примеру; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. П.: уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей

								высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»	
68	Прыжки в высоту			Репродуктивный урок	Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Совершенство вание техники прыжков в	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Прыжок в	Знать, что такое прыжки в высоту, как они выполняются, правила игры «Грибы-шалуны»	К.: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Р.: формировать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					высоту спиной вперед и с прямого разбега. Повторение подвижной игры «Грибы-шалуны»	высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Грибы-шалуны»		умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. П.: уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»	сопереживания чувствам других людей
Подвижные игры									
69	Броски и			Изучение	Проведение	Разминка с	Знать, что	Коммуникативные: слушат	Развитие мотивов

.	ловля мяча в парах			нового материала	разминки с мячом. Разучивание различных вариантов бросков и ловли мяча, подвижной игры «Котел»	мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел»	такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел»	ь и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, кор-рекция, оценка действий партнера, умение убеж-дать). Регулятивные: форми ровать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: умет ь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел»	учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; раз-витие этических чувств, доброжелательнос ти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопережи-вания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуа-циях, умение не создавать конфликты и находить вы-ходы из спорных ситуаций; развитие самостоятель-
---	--------------------	--	--	------------------	--	---	---	--	--

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
70	Броски и ловля мяча в парах			Репродуктивный урок	Проведение разминки с мячом. Повторение различных вариантов бросков и ловли мяча, подвижной игры «Котел»	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел»	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел»	К.: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Р.: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. П.: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и

									находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
71	Ведение мяча			Изучение нового материала	Проведение разминки с мячом. Выполнение различных вариантов бросков и ловли мяча. Разучивание техники	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки»	Знать, что такое ведение мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки»	К.: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Р.: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					ведения мяча правой и левой рукой. Разучивание подвижной игры			видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. П.: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч	других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

					«Охотники и утки»			разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки»	на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
72	Ведение мяча в движении			Комбинированный урок	Проведение разминки с мячом. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Знакомство с эстафетами.	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты.	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет	<p>Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
73	Эстафеты с мячом			Комбинированный урок	Разучивание разминки с мячом. Совершенствование техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Проведение эстафет с мячом.	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячом.	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет	К.: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Р.: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. П.: уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,

									социальной справедливости и свободе
74	Подвижные игры с мячом			Комбинированный урок	Повторение разминки с мячом, подвижной игры «Охотники и утки». Разучивание подвижной игры «Антывышибалы»	Разминка с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Антывышибалы»	Знать правила проведения подвижных игр «Охотники и утки» и «Антывышибалы»	К.: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Р.: формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
								Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, играть в подвижные игры «Охотники и утки» и Антывышибалы»	
75	Подвижные игры			Репродуктивный урок	Проведение разминки с мячом, подвижных игр. Подведение итогов четверти	Разминка с мячом. Подвижные игры. Подведение итогов четверти	Знать правила проведения подвижных игр	К.: строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Р.: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков

								пошаговый контроль. П.: уметь выполнять разминку с мячом, выбирать подвижные игры и участвовать в них	сотрудничества со сверстниками
Подвижные игры									
76	Броски мяча через волейбольную сетку			Изучение нового материала	Проведение разминки в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Разучивание подвижной	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку	К.: формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Р.: осознавать самого себя	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					игры «Забросай противника мячами»	противника мячами»		как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату. П.: уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку; играть	и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты

								в подвижную игру «Забросай противника мячами»	
77	Точность бросков мяча через волейбольную сетку			Комбинированный урок	Проведение разминки в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Повторение подвижной игры «Забросай противника мячами»	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Забросай противника мячами»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность	К.: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р.: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. П.: уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку на точность; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
78	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»			Комбинированный урок	Проведение разминки с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность.	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в	К.: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уважение к иной точке зрения. Р.: проектировать траектории развития через включение в новые виды	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания

					точность. Разучивание подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	подвижную игру «Вышибалы через сетку»	деятельности и формы сотрудничества; уметь контролировать свою деятельность по результату. П.: уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
79	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций.			Комбинированный урок	Проведение разминки с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Повторение подвижной игры	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	К.: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Р.: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

									представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					«Вышибалы через сетку»			исправлять ее по наставлению взрослого. П.: уметь выполнять размин-ку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	
Легкая атлетика									
80	Бросок набивно-го мяча от груди			Комбинированный урок	Разучивание разминки с набивными мячами. Техника броска набивного мяча от груди. Проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски набивного мяча от груди, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	К.: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Р.: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. П.: уметь выполнять	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности

								разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; играть в игру «Вышибалы через сетку»	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
81	Бросок набивного мяча снизу			Комбинированный урок	Повторение разминки с набивными мячами, техники броска набивного мяча от груди. Разучивание броска набивного мяча снизу. Проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	К.: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Р.: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. П.: уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

Подвижные игры									
82	Подвижная игра «Точно в цель»			Комбинированный урок	Разучивание разминки с малыми мячами. Повторение техники броска	Разминка с малыми мячами. Броски набивного мяча от груди и	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу и от груди, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	К.: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуж-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					набивного мяча от груди и снизу. Разучивание правил подвижной игры «Точно в цель»	снизу. Подвижная игра «Точно в цель»		дений и иных составляющих внутреннего мира. Р.: формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. П.: уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель»	сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный образ жизни
Гимнастика с элементами акробатики									
83	Тестирование вися на время			Контрольный урок	Разучивание разминки с малыми мячами	Разминка с малыми мячами.	Знать, как проводится тестирование	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу;	Развитие этических чувств, доброжелательнос

					мячами. Проведение тестирования виса на время. Повторение правил подвижной игры «Точно в цель»	Тестирование виса на время. Подвижная игра «Точно в цель»	е виса на время, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. П.: уметь выполнять разминку с маленькими мячами, тестирование виса на время, играть в игру «Точно в цель»	ти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
84	Тестирование наклона вперед из положения стоя			Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперед из положения стоя. Разучивание правил подвижной игры «Собачки»	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Собачки»	Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки»	К.: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Р.: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. П.: уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

								игру «Собачки»	
Легкая атлетика									
85	Тестирование прыжка в длину с места			Контрольный урок	Проведение беговой разминки, тестирования прыжка в длину с места. Повторение подвижной игры «Собачки»	Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Собачки»	Знать, как проводится тестирование прыжков в длину, как играть в подвижную игру «Собачки»	К.: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Р.: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
								контроль. П.: уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжков в длину, играть в подвижную игру «Собачки»	
Гимнастика с элементами акробатики									
86	Тестирование подтягивания на низкой перекладине			Контрольный урок	Проведение разминки в движении, тестирования подтягивания на низкой перекладине. Разучивание подвижной игры «Лес,	Разминка в движении. Тестирование подтягивания на низкой перекладине. Подвижная игра «Лес, болото, озеро»	Знать, как проводится тестирование подтягивания на низкой перекладине, как играть в подвижную	К.: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Р.: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие

					болото, озеро»		игру «Лес, болото, озеро»	уметь осуществлять итоговый контроль. П.: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	самостоятельность и личной ответственности за свои поступки
87	Тестирование подъема туловища за 30 с			Контрольный урок	Проведение разминки в движении, тестирования подъема	Разминка в движении. Тестирование подъема туловища за	Знать, как проводится тестирование подъема туловища за 30 с, как	К.: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					туловища за 30 с. Повторение подвижной игры «Лес, болото, озеро»	30 с. Подвижная игра «Лес, болото, озеро»	играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	конкретное содержание и излагать его в устной форме. Р.: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. П.: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

Легкая атлетика									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
88	Техника метания на точность			Изучение нового материала	Проведение разминки с мешочками. Разучивание техники броска различных предметов на точность, разучивание подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Разминка с мешочками. Техника метания различных предметов на точность, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	Знать, как выполняется метание различных предметов, как играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	К.: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Р.: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
								цель. П.: уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	
89	Тестирован			Контроль-	Проведение	Разминка с	Знать, как	К.: сохранять доброже-	Развитие

	ие метания малого мяча на точность			ный урок	разминки с мешочками, тестирования метания малого мяча на точность. Повторение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	мешочками. Тестирова- ние метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	проводится тестировани е метания малого мяча на точность, как играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	лательное отношение друг к другу; устанав-ливать рабочие отноше- ния; представлять конк-ретное содержание и из-лагать его в устной фор- ме. Р.: формировать уме-ние адекватно понимать оценку взрослого и свер-стников; уметь осуще-ствлять итоговый контроль. П.: уметь выполнять разминку с мешочками, сдавать тес- тирование метания ма-лого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	этических чувств, доброжелательнос ти и эмоционально- нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельност и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные игры									
90	Подвижные игры для зала			Репродукт ивный урок	Проведение разминки с игровым	Разминка с игровым упражне-нием	Знать, как выбирать по-движные игры для зала, уметь в них	К.: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудни-чать и способствовать	Развитие этических чувств, доброжелательнос ти и эмоционально- нравственной отзывчивости,
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					упражне-нием «Запрещен- ное движение»,	«Запрещенное движение». Подвижные игры для зала.	играть	продуктивной коопе-рации; формировать ува-жение к иной точке зрения. Р.: формировать	сопереживания чувствам других людей; развитие навыков

					подвижных игр для зала и игрового упражнения на равновесие	Игровое упражнение на равновесие		ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач. П.: уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликт ты и находить выходы из спорных ситуаций
Легкая атлетика									
91	Беговые упражнения			Комбинированный урок	Проведение разминки в движении. Разучивание различных беговых упражнений. Повторение подвижной игры «Колдунчики»	Разминка в движении. Беговые упражнения. Подвижная игра «Колдунчики»	Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру «Колдунчик и»	К.: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р.: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру. П.: уметь выполнять разминку в движении и беговые	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
								упражнения, играть в игру «Колдунчики»	
92	Тестирован			Контроль-	Повторение	Разминка в	Знать, как	К.: сохранять доброже-	Развитие

	ие бега на 30 м с высокого старта			ный урок	разминки в движении. Проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта. Разучивание подвижной игры «Хвостики»	движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Хвостики»	сдается тестирование бега на 30 м с высокого старта. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики»	лательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Р.: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. П.: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование бега на 30 м, играть в подвижную игру «Хвостики»	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
93	Тестирование челночного бега 3x10м			Контрольный урок	Проведение разминки в движении, тестирования челночного бега 3 x10 м. Разучивание подвижной игры «Бросай далеко, собирай»	Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3x10 м.. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, как сдается тестирование челночного бега 3x10м. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай»	К.: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Р.: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности

							быстрее»		за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					быстрее»			контроль. П.: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование челночного бега 3x10 м, играть в игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	
94	Тестирование метания мешочка на дальность			Контрольный урок	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирования метания мешочка на дальность. Повторение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, как сдается тестирование метания мешочка на дальность. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, сдавать тестирование	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

								метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	нормах, социальной справедливости и свободе
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Подвижные игры									
95	Командная подвижная игра «Хвостики»			Комбинированный урок	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Разучивание правил командной подвижной игры «Хвостики». Повторение подвижной игры «Совушка»	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	Знать, что такое координация движений, для чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	К.: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р.: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. П.: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
96	Русская народная подвижная игра «Горелки»			Комбинированный урок	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Повторение правил	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Горелки» и	Знать правила игры «Горелки» и стихотворение к ней.	К.: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р.: формировать ситуацию	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; формирование уважительного

					подвижной игры «Горелки». Разучивание	«Игра в птиц»	Уметь играть в подвижную игру «Игра в птиц»	саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. П.: уметь выполнять размин-	отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					подвижной игры «Игра в птиц»			ку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц»	
97	Командные подвижные игры			Комбинированный урок	Проведение разминки в движении. Повторение правил подвижной игры «Хвостики». Разучивание подвижной игры «День и ночь»	Разминка в движении. Подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь»	Знать правила игры «День и ночь», понимать, что значит команда. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; контролировать свою	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,

								деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь»	умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
98	Подвижные игры с мячом			Комбинированный урок	Проведение разминки в движении. Повторение	Разминка в движении. Подвижные игры	Знать игры, в которых используется мяч, правила игр	К.: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					правил подвижных игр «Вышибалы», «Ловишка», разучивание игры «Игра в птиц с мячом»	«Вышибалы», «Ловишка», «Игра в птиц с мячом»	«Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»	условиями коммуникации. Р.: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. П.: уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
99	Подвижные игры			Комбинированный урок	Проведение разминки в виде подвижной игры «Салки», 3—4 подвижных	Разминка в виде салок. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение	Знать, как выбирать подвижные игры, как подводить итоги учебного	К.: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,

					игр по желанию учеников. Подведение итогов учебного года	итогов учебного года	года	иной точке зрения. Р.: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль. П.: уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги учебного года	сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками
--	--	--	--	--	--	----------------------	------	---	--

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:

- таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности;
- плакаты методические;
- портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

3. Технические средства:

- телевизор с универсальной приставкой;
- экран (на штативе или навесной);
- цифровая видеокамера.

4. Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;
- бревно гимнастическое напольное;
- скамейки гимнастические;

- перекладина гимнастическая;
- канат для лазанья;
- комплект навесного оборудования (мишени, перекладины);
- маты гимнастические;
- мячи набивные (1 кг);
- мячи массажные;
- скакалки гимнастические;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- палки гимнастические;
- обручи гимнастические;
- кольца пластмассовые разного размера;
- резиновые кольца;
- планка для прыжков в высоту;
- стойки для прыжков в высоту;
- рулетка измерительная;
- щиты с баскетбольными кольцами;
- большие мячи (резиновые, баскетбольные);
- стойки волейбольные;
- сетка волейбольная;
- мячи средние резиновые;
- гимнастические кольца;
- аптечка медицинская.

Требования к уровню подготовки обучающихся (базовый уровень)

1 класс

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

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о способах изменения направления и скорости движения;

- о режиме дня и личной гигиене;
- о правилах составления комплексов утренней зарядки;

уметь:

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

(см. табл. 1).

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	11 – 12	9 – 10	7 – 8	9 – 10	7 – 8	5 – 6
Прыжок в длину с места, см	118 – 120	115 – 117	105 – 114	116 – 118	113 – 115	95 – 112
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,2 – 7,0	6,3 – 6,1	6,9 – 6,5	7,2 – 7,0
Бег 1000 м	Без учета времени					

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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

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.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах 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.