

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия № 52
Приморского района Санкт-Петербурга**

РАЗРАБОТАНА И ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБОУ гимназии № 52 Приморского района
Санкт-Петербурга

Протокол от 31.08.2021 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ гимназии № 52

И.В. Гузаева

Приказ от 31.08.2021 № 68

Рабочая программа учебного предмета

«Физическая культура»

для 3-х классов

Срок реализации: 1 год

Составители:

Тимофеев А.В., Рябкова М.П., Орлов К.И.,
учителя физической культуры
ГБОУ гимназии № 52
Приморского района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург
2021г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов:
 - ✓ Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 № 373;
 - ✓ Программа «Комплексная программа физического воспитания для учащихся 1-11 классов» В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2013);
 - ✓ Основная образовательная программа начального общего образования ГБОУ гимназии № 52 Приморского района Санкт-Петербурга, утвержденная приказом от 25.05.2020 № 54, с изменениями от 30.04.2021.
2. Цели и задачи, решаемые при реализации рабочей программы.

Целью учебной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности. В процессе овладения двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Разработанная в соответствии с обязательным минимумом содержания образования школьников в области физической культуры и минимальными требованиями к уровню подготовки учащихся начальной школы по физической культуре, предлагаемая учебная программа характеризуется направленностью:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастно-половыми особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), регионально-климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
- на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в

физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями

3. В соответствии с учебным планом, годовым календарным графиком гимназии на учебный год рабочая программа рассчитана в 3-х классах на 102 ч., 34 учебных недели (3 ч. в неделю).

4. Для прохождения программы в учебном процессе используется учебник:
Физическая культура. 1-4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений/ Лях В. И. М.: Просвещение.

5. Планируемые результаты.

К концу года учащийся должен:

Знать технику безопасности на уроках физической культуры;

Знать историю возникновения физической культуры;

Понимать связь физической культуры с жизненно важными умениями и навыками;

Знать понятия «физическая культура» и «физические упражнения»;

Понимать значение физических упражнений для здоровья человека;

Иметь сведения о режиме дня и личной гигиене, правильной осанке.

Уметь составить режим дня;

Уметь составить и выполнить комплексы упражнений утренней гимнастики, физкультминуток;

Знать терминологию игры в баскетбол и волейбол.

Знать правила игры в баскетбол и волейбол.

Знать разметку баскетбольной и волейбольной площадок;

Уметь организовать и провести подвижные игры во время прогулок и каникул.

6. В системе уроков, реализующих данную программу, представлены: комбинированные уроки, уроки с оздоровительной направленностью, уроки с образовательной направленностью, уроки с воспитательной направленностью.

Материально-техническое обеспечение программы:

Спортивные снаряды и спортивный инвентарь:

деревянные скамейки, маты, волейбольные и баскетбольные мячи, сетка для пионербола и волейбола, шведские стенки, скакалки и обручи, теннисные мячи, мостик гимнастический подпружиненный, маты гимнастические, бревно гимнастическое, турники, канат для лазания, стойки и планка для прыжков в высоту, облегчённые резиновые мячи.

Музыкальный центр.

7. Система оценки достижения планируемых результатов.

Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся проводятся согласно положению о промежуточной аттестации учащегося и осуществлении текущего контроля их успеваемости в ГБОУ гимназия № 52 Приморского района Санкт-Петербурга.

Особенностью контроля по предмету является дифференцируемый подход (создание условий для выбора выполняемых заданий, посильных для учащегося, разноуровневость контроля и обучения с учётом индивидуальных особенностей школьника), (к достижению цели учащиеся идут разными путями). Этими методическими идеями обусловлены принципы контролирующей-оценочной деятельности.

Освоение предмета предполагает комплексный уровневый подход к оценке результатов обучения физической культуре в третьем классе. Качественная оценка достижения предметных результатов ведется в ходе текущего оценивания.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

Содержание учебного предмета направлено на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья.

Организующие команды и приёмы: строевые упражнения. Построение в шеренгу, колонну, перестроение в круг; основная стойка, повороты налево, направо, кругом; размыкание и

смыкание приставными шагами в шеренге. Выполнение команд: «Смирно!», «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «Стой!».

Лёгкая атлетика (37 ч.).

Ходьба: свободным широким шагом, имитационная ходьба, ходьба на носках, с различным положением рук, на внутренней и внешней стороне стопы.

Бег: медленный равномерный, бег с ускорением, челночный бег 3х10 м, эстафетный бег, бег из различных исходных положений, с изменением направления движения, бег на 30 м с высокого старта.

Прыжки: на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, в длину и высоту с места, прыжки на двух ногах с поворотом на 90°, спрыгивание и запрыгивание на горку матов, с 3-4 шагов разбега прыжки через длинную неподвижную и качающуюся скакалку (высота 30-40 см).

Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 3 м, метание на дальность и заданное расстояние.

Броски: набивного мяча (0,5 кг) от груди, броски и ловля резинового мяча.

Кроссовая подготовка:

Совершенствование навыков бега и развитие выносливости: кросс по слабопересеченной местности; упражнений на выносливость; кроссовый бег до 500м девочки, до 600м мальчики. Равномерный бег до 2 мин. Медленный бег до 3 мин. Бег с преодолением препятствий.

Гимнастика с основами акробатики (27 ч.).

Акробатические упражнения: группировка (в приседе, сидя, лёжа на спине), перекаты в группировке, упоры, седы.

Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по гимнастической стенке и наклонной скамейке, одноимённым и разноимённым способами, перелезание через гимнастическую скамейку и горку матов, упражнения на низкой перекладине, ходьба по гимнастической скамейке, по наклонной скамейке, танцевальные шаги (приставной, галоп), преодоление полосы препятствий.

Подвижные игры (32 ч.).

Правил проведения подвижных игр. Определение целей и задач, решавшихся во время игры. Отработка навыков в игровой форме.

На материале лёгкой атлетики: «Вызов номеров», «Воробы, вороны», «Планеты», «Третий лишний», «Пятнашки».

На материале гимнастики с основами акробатики: «Запрещённое движение», «Гномы, великаны», «Передай мяч», «Охотники и утки».

На материале спортивных игр: выполнение заданий с элементами спортивных игр.

Национальные игры: русская народная игра «У медведя во бору», «Лиса и зайцы».

На материале подвижных игр с элементами волейбола и баскетбола: «Не урони мяч», «Не дай поймать мяч», «Попробуй унеси», «Мяч среднему», «Круговая лапта», «Перестрелка», «Снайперы», «Обстрел».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п\п	Наименование тем, разделов, модулей	Всего часов
1	Легкая атлетика, кроссовая подготовка	20+17
2	Гимнастика с элементами акробатики	16+11
3	Подвижные игры	32
4	Повторение	6
	Итого:	102

Поурочное планирование

№ урока	Тема урока	Основные элементы содержания урока	Планируемые результаты Обучения		
			Предметные	Метапредметные	Личностные
1	Тб по л/а.бег 3 мин	Инструктаж по ТБ. Ходьба по счету. Ходьба на носках и пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два Мороза». Развитие скоростных качеств.	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
2	л/а. Бег до 4 мин.	Инструктаж по ТБ. Ходьба по счету. Ходьба на носках и пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два Мороза». Развитие скоростных качеств.	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
3	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Беговая разминка. Проведение тестирования бег на 30 м с высокого старта. Подвижные игры	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,

		«Салки».	игры «Салки».	коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
4	Развитие выносливости	Знать, как правильно чередовать ходьбу и бег и правила подвижных игр	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Равномерный бег 3мин. Чередование ходьбы и бега. Подвижная игра «Пятнашки». «Третий лишний» ОРУ. Развитие выносливости. Преодоление малых препятствий.
5	л/а. Бег до 4 мин, чередование ходьбы и бега. Игра	Равномерный бег 3мин. Чередование ходьбы и бега. Подвижная игра «Пятнашки». «Третий лишний» ОРУ. Развитие выносливости. Преодоление малых препятствий.	Знать, как правильно чередовать ходьбу и бег и правила подвижных игр	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
6	Техника	ОРУ в движении.	Знать технику	Коммуникативные: эффективно	Развитие мотивов учебной

	челночного бега	Повторение техники челночного бега. Подвижные игры «Прерванные пятнашки».	челночного бега, правила подвижной игры «Прерванные пятнашки».	сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: технично выполнять членочный бег, играть в подвижную игру «Прерванные пятнашки».	деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
7	Техника челночного бега.	ОРУ в движении. Повторение техники челночного бега. Подвижные игры «Прерванные пятнашки».	Знать технику челночного бега, правила подвижной игры «Прерванные пятнашки».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: технично выполнять членочный бег, играть в подвижную игру «Прерванные пятнашки».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
8	л\а. Бег 5 мин. Понятие здоровья.	Равномерный бег 5мин. Чередование ходьбы и бега. Подвижная игра «Третий лишний» ОРУ. Развитие выносливости. Понятие здравье	Знать, как правильно чередовать ходьбу и бег и правила подвижных игр	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
9	Тестирование	ОРУ в движении.	Знать, как проходит	Коммуникативные: эффективно	Развитие мотивов учебной

	челночного бега 3x10 м	Проведение тестирования челночного бега 3x10 м. подвижная игра «Собачки ногами».	тестирование челночного бега 3x10 м, правила подвижной игры «Собачки ногами».	сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3x10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами».	деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
10	Аэробная выносливость	Развитие скоростных качеств	Знать технику беговых упражнений, уметь правильно согласовывать дыхание с беговыми упражнениями.	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
11	л\а. Преодоление полосы препятствий.	Ходьба под счет. Ходьба на носках и пятках. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением. Бег 30м. Подвижная игра «Вызов номеров». Понятие короткая дистанция. Развитие скорости.	Знать, как проходить полосу препятствий	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: проходить полосу препятствий	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
12	Техника метания мяча на дальность	ОРУ в круге, Повторение техники метания мяча на дальность с места.	Знать, как выполняется метание мяча на дальность с места,	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,

		Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее».	правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее».	Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять метание мяча на дальность с места, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
13	Техника прыжка в длину с разбега	ОРУ на месте. Техника прыжка в длину с разбега. Спортивная игра «футбол».	Знать, как выполняется прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «футбол».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «футбол».	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личносно смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
14	л\а. Прыжковые упражнения на месте и с продвижением вперед.	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. ОРУ. Прыжки с поворотом на 180°. Челночный бег. Игра «Два Мороза» Развитие скоростно-силовых качеств	Знать технику прыжка в длину с места	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
15	Тестирование бега на 1000 м	ОРУ в кругу. Тестирование бега на 1000 м. Спортивная игра «Футбол».	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, спортивная игра «футбол».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои

				уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «футбол».	поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
16	прыжок в длину с места.	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. ОРУ. Прыжки с поворотом на 180°. Челночный бег. Игра «Два Мороза» Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться на две ноги.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мяча на дальность, играть в подвижную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
17	л\а. Прыжки с поворотом на 180°, прыжок в длину с места.	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. ОРУ. Прыжки с поворотом на 180°. Челночный бег. Игра «Два Мороза» Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться на две ноги.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мяча на дальность, играть в подвижную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
18	Техника прыжка в длину с разбега	ОРУ на месте. Техника прыжка в длину с разбега. Спортивная игра «футбол».	Знать, как выполняется прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «футбол».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «футбол».	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностно смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

19	л\а. Метания малого мяча в даль.	Метания малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «к своим флагкам». Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мяча на дальность, играть в подвижную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
20	л\а. Тестирование Метания малого мяча в даль.	Метания малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «к своим флагкам». Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мяча на дальность, играть в подвижную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
21	Организационно-методические указания на уроках физической культуры по гимнастике	Первичный инструктаж по ОТ (гимнастика). ОРУ на матах. Повторение техники кувырка вперед. Подвижная игра «Удочка».	Знать технику кувырка вперед, правила подвижной игры «Удочка».	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.

22	Группировка. Перекаты.	<p>Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>Уметь выполнять строевые команды, знать технику акробатических элементов раздельно и в комбинации.</p>	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей</p>
23	Гимнастика. ТБ. Смыкание и размыкание. Группировка. Перекаты.	<p>Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ.</p>	<p>Уметь выполнять строевые команды, знать технику акробатических элементов раздельно и в комбинации.</p>	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей</p>

24	2 – 3 кувырка вперед	ОРУ на матах. Повторение техники кувырка вперед. Разучивание техники выполнения 2-3 кувыроков слитно.	Знать технику кувырка вперед слитно.	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять кувырок вперед слитно.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
25	Гимнастика. Кувырок вперед, стойка на лопатках.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ.	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации.	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на лопатках, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей и чувств.
26	Гимнастика. Кувырок вперед, стойка на лопатках.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Инструктаж	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации.	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на лопатках, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей и чувств.

		по ТБ.			
27	Варианты выполнения кувырка вперед	ОРУ на матах с мячами. Разучивание различных вариантов кувырка вперед. Проведение игрового упражнения на внимание.	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание.	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
28	ОРУ. Развитие силовых способностей.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды: «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ. Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения, знать технику висов, подтягивания в висе стоя и лежа	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять висы, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.

29	Гимнастика. Строевые упражнения, офр.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды : «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ. Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения, знать технику висов, подтягивания в висе стоя и лежа	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять висы, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности за把自己的 поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
30	Кувырок назад	ОРУ на матах с мячами. Разучивание техники кувырка назад. Подвижная игра «Удочка».	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
31	Кувырок назад. ОРУ в движении.	Закрепление техники кувырка назад. Подвижная игра «Удочка».	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.

32	Гимнастика. Лазания по наклонной скамейке. ОФП	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. Эстафеты. Развитие координации.	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитое этических чувств, понимания и сопреживания чувствам других людей, формирование эстетических потребностей и чувств.
33	Стойка на лопатках. Полоса препятствий	ОРУ в движении. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка – защитница» Разучивание техники стойки на лопатках.	Знать, как проходить полосу препятствий, правила подвижной игры «Белочка – защитница» Знать технику стойки на лопатках	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять стойку на лопатках проходить полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка – защитница».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитое этических чувств, понимания и сопреживания чувствам других людей, формирование эстетических потребностей и чувств.
34	Полоса препятствий	ОРУ в движении. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка – защитница» Разучивание техники стойки на лопатках.	Знать, как проходить полосу препятствий, правила подвижной игры «Белочка – защитница» Знать технику стойки на лопатках	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять стойку на лопатках проходить	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитое этических чувств, понимания и сопреживания чувствам других людей, формирование эстетических потребностей и чувств.

				полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка – защитница».	
35	Гимнастика. Прыжок на горку матов.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. Перелазание через коня, бревно. Игра «Коршун и воробы».	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей, формирование эстетических потребностей и чувств.
36	Гимнастика. Прыжок на горку матов.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. . Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей, формирование эстетических

		перехватом рук и перестановкой ног. Перелазание через коня, бревно. Игра «Коршун и воробы».			потребностей и чувств.
37	Подвижные игры. Инструктаж по ТБ. «Два Мороза». Эстафеты	ОРУ. Игры: «К своим флагкам», «Два Мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств. Инструктаж по ТБ во время игр.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь бросать и ловить мяча, играть в подвижную игру «Перестрелка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
38	Подвижные игры. Эстафеты	ОРУ. Игры: «К своим флагкам», «Два Мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств. Инструктаж по ТБ во время игр.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь бросать и ловить мяча, играть в подвижную игру «Перестрелка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
39	Подвижные игры. Броски б/б мяча в кольцо, в щит.ТБ	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (в кольцо, в мишень, щит). ОРУ. Ведение б/б мяча на месте. Игра: « Попади	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать технику ведения мяча,	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии и задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие

		в обруч», «Передал – садись». Развитие координации.ПТБ	правила	контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь закаляться, выполнять ведение мяча	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
40	Упражнения с б\б мячом в движении, на месте	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (в кольцо, в мишень, щит). ОРУ. Игра: « Попади в обруч». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать, какие баскетбольные упражнения бывают	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей, формирование эстетических потребностей и чувств.
41	Подвижные игры. «Пустое место», «Пятнашки». Эстафеты	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Пятнашки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
42	Подвижные игры. Упражнения с б\б мячом в движении.	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (в кольцо, в мишень, щит). ОРУ.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие

		Игра: « Попади в обруч». Развитие координации.	процессе игры. Знать, какие баскетбольные упражнения бывают	Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения,	и освоение социальной роли обучающегося, развитое этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей, формирование эстетических потребностей и чувств.
43	«Выбивной» Эстафеты. Подвижные игры	ОРУ. Игры: «Точный расчет», «Выбивной» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
44	Подвижные игры. «Точный расчет». Развитие скоростных качеств.	ОРУ. Игры: «Точный расчет», «Выбивной» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
45	Волейбол как вид спорта	ОРУ с мячами в парах. Знакомство с волейболом как видом спорта. Разучивание волейбольных упражнений в парах.	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,

		Подвижная игра «Пионербол».		образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол».	формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
46	Броски в цель (в кольцо, в мишень, щит).	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (в кольцо, в мишень, щит). ОРУ. Игра: « Попади в обруч». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать, какие баскетбольные упражнения бывают	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях.
47	Подвижные игры. Упражнения с б\б мячом в движении.	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (в кольцо, в мишень, щит). ОРУ. Игра: « Попади в обруч». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать, какие баскетбольные упражнения бывают	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях.
48	Подвижные игры. Упражнения с б\б мячом в движении.	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (в кольцо, в мишень, щит). ОРУ. Игра: « Попади в обруч». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать, какие баскетбольные упражнения бывают	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитии этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей, формирование

					эстетических потребностей и чувств.
49	Ведение б/б мяча на месте. Игра: «Попади в обруч»	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (в кольцо, в мишень, щит). ОРУ. Ведение б/б мяча на месте. Игра: «Попади в обруч», «Передал – садись». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. знать технику ведения мяча, правила	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии и задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь закаляться, выполнять ведение мяча	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
50	Подвижные игры. Броски б\б мяча в кольцо, в щит.	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (в кольцо, в мишень, щит). ОРУ. Ведение б/б мяча на месте. Игра: «Попади в обруч», «Передал – садись». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. знать технику ведения мяча, правила	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии и задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь закаляться, выполнять ведение мяча	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
51	ТБ. Правила «Пионербола».	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч через	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств,

				волейбольную сетку заданным способом	доброжелательности, сочувствия другим людям
52	Правила «Пионербола».	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям
53	Подвижные игры. Ловля и передача волейбольного мяча.	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям
54	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах.	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям
55	Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в	Коммуникативные: слышать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера,	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не

	четверках.	руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	процессе игры. Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на точность	умение убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность	создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям.
56	Подвижные игры. Броски и ловля мяча через сетку	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на точность	Коммуникативные: слышать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям.
57	Пионербол	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации: Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
58	Ловля и передача в/б мяча через сетку	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации: Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со

					сверстниками.
59	Подвижные игры Броски и ловля мяча через сетку на дальность	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации: Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
60	Подвижные игры	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации: Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
61	Броски и ловля мяча через сетку.	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации: Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
62	Подвижные игры Броски и ловля мяча через сетку.	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации: Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять броски мяча	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков

				через волейбольную сетку	сотрудничества со сверстниками.
63	Волейбол как вид спорта	ОРУ с мячами в парах. Знакомство с волейболом как видом спорта. Разучивание волейбольных упражнений в парах. Подвижная игра «Пионербол».	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
64	Стойка волейболиста.	ОРУ в движении. Разучивание техники стойки волейболиста. Повторение волейбольных упражнений. Подвижная игра «Пионербол».	Знать, как выполняется стойка волейболиста, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: выполнять стойку волейболиста, волейбольные упражнения, играть в подвижную игру «Пионербол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
65	Подвижные игры. Правила игры в «Пионербол». Судейство.	Ловля и передача в/б мяча через сетку, в парах. Броски в/б мяча из-за головы двумя руками через сетку в четверках. Правила «Пионербола». Развитие координации.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе игры. Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

66	Передвижения в стойке волейболиста	ОРУ с мячами в парах. Разучивание техники передвижений в стойке волейболиста. Повторение волейбольных упражнений. Подвижная игра «Пионербол».	Знать, как выполняются передвижения в стойке волейболиста, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: выполнять передвижения в стойке волейболиста, волейбольные упражнения, играть в подвижную игру «Пионербол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
67	Подвижные игры с волейбольными мячами.	ОРУ в движении. Встречные эстафеты с элементами волейбола. Подвижные игры с волейбольными мячами.	Знать различные варианты встречных эстафет, правила подвижных игр с волейбольными мячами.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: участвовать во встречах эстафетах, играть в подвижные игры с мячами.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
68	Контрольный урок по волейболу	ОРУ в движении. Контрольная проверка знаний и умений из области волейбола. Подвижная игра «Пионербол».	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол».	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
69	Гим-ка. ТБ	ПТБ.ОРУ, направленные на развитие гибкости.	Знать, как проходит тестирование подъема	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме,	Развитие этических чувств, доброжелательности и

		Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Белые медведи».	туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи».	слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи».	эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
70	Гимнастика. Строевые упражнения. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 сек	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из одной колонны в четыре. Выполнение комбинации из разученных элементов. ОРУ, направленные на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Белые медведи».	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации скакалку. Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи».	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
71	ОРУ в движении.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. . Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. Перелазание через коня, бревно. Прыжки через скакалку. Игра «Коршун и воробы».	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. Прыгать через скакалку.	. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.

72	Прыжки через скакалку. Игра «Коршун и воробы».	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении.. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. Перелазание через коня, бревно. Прыжки через скакалку. Игра «Коршун и воробы».	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. Прыгать через скакалку.	. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
73	Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении.. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. Перелазание через коня, бревно. Прыжки через скакалку. Игра «Коршун и воробы».	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. Прыгать через скакалку.	. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
74	ОРУ в движении.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении.. Лазание по	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. Прыгать через скакалку.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять	Развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости

		наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. Перелазание через коня, бревно. Прыжки через скакалку. Игра «Коршун и воробыши».		заданную цель.	и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
75	Гимнастика. Лазания и перелазания на гимнастической стенке.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. . Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. Перелазание через коня, бревно. Прыжки через скакалку. Игра «Коршун и воробыши».	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. Прыгать через скакалку.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
76	Прыжки через скакалку. Игра «Коршун и воробыши».	Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. Перелазание через коня, бревно. Прыжки через скакалку. Игра «Коршун и воробыши».	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. Прыгать через скакалку.	. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Развитие самостоятельности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в

					разных социальных ситуациях.
77	Преодоление полосы препятствий.	ОРУ в движении. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка – защитница»	Знать, как проходить полосу препятствий, правила подвижной игры «Белочка – защитница»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: проходить полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка – защитница».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
78	ОРУ в движении. «Многоскоки»	ОРУ в движении. Тестирование прыжка с ноги на ногу («многоскоки»). Подвижная игра «Волк во рву».	Знать технику прыжка с ноги на ногу «многоскоки», правила подвижной игры «Волк во рву».	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль. Познавательные: ОРУ в движении, проходить тестирование прыжка с ноги на ногу «многоскоки», играть в подвижную игру «Волк во рву».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
79	Тестирование прыжка с ноги на ногу «многоскоки»	ОРУ в движении. Тестирование прыжка с ноги на ногу («многоскоки»). Подвижная игра «Волк во рву».	Знать технику прыжка с ноги на ногу «многоскоки», правила подвижной игры «Волк во рву».	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль. Познавательные: ОРУ в движении, проходить тестирование прыжка с ноги на ногу «многоскоки», играть в подвижную игру «Волк во рву».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
80	л\а. Бег 60м.ТБ	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 60м. Челночный бег. ОРУ.	Уметь правильно выполнять основные движения ходьбы и бега, бегать с максимальной скоростью до 60м. Знать ТБ на уроках по л/а.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

		Игра «Коршун и воробы». Эстафеты.		находить и выделять необходимую информацию.	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
81	Прыжок в высоту с прямого разбега	ОРУ с гимнастическими скамейками. Повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега. Проведение подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	Знать технику прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
82	ОРУ с гимнастическими скамейками.	ОРУ с гимнастическими скамейками. Повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега. Проведение подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	Знать технику прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
83	л\а. Челночный бег.	Сочетание различных видов ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег 30м. Челночный бег. ОРУ. Игра «Коршун и воробы». Эстафеты. Инструктаж по ТБ на уроках по л/а.	Знать технику челночного бега. Уметь правильно выполнять основные движения ходьбы и бега, бегать с максимальной скоростью до 60м. Знать ТБ на уроках по л/а.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: технично выполнять челночный бег	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
84	Повторение	ОРУ с гимнастическими	Знать технику прыжка в	Коммуникативные: с достаточной полнотой	Развитие мотивов учебной

	техники прыжка в высоту с прямого разбега	скамейками. Повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега. Проведение подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
85	Подвижная игра «Догонялки». Развитие скоростных и координационных способностей.	Прыжок с поворотом на 180. Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Догонялки». Развитие скоростных и координационных способностей.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.
86	л\а. Прыжковые упражнения. Отталкивание и приземление.	Прыжок с поворотом на 180. Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Догонялки». Развитие скоростных и координационных способностей.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.
87	прыжок в длину с места	ОРУ со скакалкой. Повторение техники прыжков в скакалку. Подвижная игра «Горячая линия». ОРУ, направленные на подготовку к прыжкам в длину. Тестирование	Знать, как выполняются прыжки в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия». Знать правила тестирования прыжка в длину с места	Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего обучения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и

		прыжка в длину с места.		Познавательные: выполнять прыжки в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия» : проходить тестирование прыжка в длину с места.,	эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
88	Эстафеты. ОРУ	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Прыжок в высоту на горку матов. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Догонялки»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами».	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
89	Л\а. Прыжок в длину с места и с 3-х шагов разбега.	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Прыжок в высоту на горку матов. Эстафеты. ОРУ.	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами».	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной

		Подвижная игра «Догонялки»			ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
90	Л\а. Метания малого мяча в цель.	Метание малого мяча в цель. Метания теннисного мяча в даль. Метания набивного мяча сидя на полу. ОРУ. Эстафеты. Игры по интересам.	Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места; из различных положений; метать в цель.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего обучения. Свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу»,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
91	Метания набивного мяча сидя на полу.	Метание малого мяча в цель. Метания теннисного мяча в даль. Метания набивного мяча сидя на полу. ОРУ. Эстафеты. Игры по интересам.	Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места; из различных положений; метать в цель.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего обучения. Свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу»,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
92	Равномерный бег 5 мин.	Равномерный бег 5 мин. Чередование ходьбы, бега. (бег50м, ходьба 100м) ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега. Игра: мальчики – футбол;	Уметь бегать в равномерном темпе до 10мин; бегать по слабо пересеченной местности до 1км	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств,

		девочки – выбивало. Линейная эстафета.		информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
93	л/а. Бег до 6 минут.	Равномерный бег 5 мин. Чередование ходьбы, бега. (бег50м, ходьба 100м) ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега. Игра: мальчики – футбол; девочки – выбивало. Линейная эстафета.	Уметь бегать в равномерном темпе до 10мин; бегать по слабо пересеченной местности до 1км	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
94	Развитие выносливости. Понятие скорость бега	Равномерный бег 5 мин. Чередование ходьбы, бега. (бег50м, ходьба 100м) ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега. Игра: мальчики – футбол; девочки – выбивало. Линейная эстафета.	Уметь бегать в равномерном темпе до 10мин; бегать по слабо пересеченной местности до 1км	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
95	Кроссовая подготовка	Равномерный бег 5-10мин. Чередование ходьбы, бега. (бег50м, ходьба 100м) ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега. Игра: мальчики – футбол; девочки – выбивало. Линейная эстафета.	Уметь бегать в равномерном темпе до 10мин; бегать по слабо пересеченной местности до 1км	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
96	Кроссовая подготовка	Равномерный бег 5-10мин. Чередование ходьбы, бега. (бег 50м, ходьба 100м) ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега.	Уметь бегать в равномерном темпе до 10мин; бегать по слабо пересеченной местности до 1км	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие

		Игра: мальчики – футбол; девочки – выбивало. Линейная эстафета.		находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
97	Повторение				
98	Повторение				
99	Повторение				
100	Повторение				
101	Повторение				
102	Повторение				