**Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету «Физическя культура» составлена на основании ФГОС, соответствующей Примерной ООП НОО.

1. **Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая кльтура»**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для классов 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 своей этнической и национальной принадлежности;

• формирование уважительного отношения к культуре других народов;

• развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;

• развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и 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 её осуществления;

• формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

• определение общей цели и путей её 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 учёта 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 её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

\* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

• формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

***Планируемые результаты освоения учебного предмета***

        Данные планируемые результаты и примеры оценки их достижения составлены с учетом возможностей учащихся основной физкультурной группы (не имеющих противопоказаний для занятий физической культурой или существенных ограничений по нагрузке).

**Раздел «Знания о физической культуре»**

***Учащийся научится:***

•        ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;

•        характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

•         раскрывать на примерах (из истории или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие;

•        ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;

•        организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

***Учащийся получит возможность научиться:***

•        выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

•        характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.

**Раздел «Способы физкультурной деятельности»**

***Учащийся*** ***научится:***

•        отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;

•        организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

•        измерять показатели физического развития (рост и массу тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

***Учащийся*** ***получит возможность научиться:***

•        вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;

•        целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

•        выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

**Раздел «Физическое совершенствование»**

***Учащийся научится:***

•        выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

•        выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств;

•        выполнять организующие строевые команды и приемы;

•        выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

•        выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брусья, гимнастическое бревно);

•        выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса);

•        выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

***Учащийся получит возможность научиться:***

•        сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

•        выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;

•        играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;

•        выполнять передвижения на лыжах

**2. Содержание учебного предмета «Физическая культура»**

**Знания о физической культуре.** Что такое коорди­нация движений; что такое дистанция; как возникли физическая культура и спорт. Ученики получат пер­воначальные сведения об Олимпийских играх — ко­гда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; получат представ­ление о том, что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; получат 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 «равняйсь», «смирно», «по порядку рассчитайсь», «на первый-второй рассчитайсь», «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 перелезать 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.

**Лёгкая атлетика.**Ученики научатся технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м; выполнять челночный бег З х10) м; 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 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.

**3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой тем**

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела,**  **темы** | **Кол-во часов** | **Планируемые результаты** | | | **Дата** |
| **Предметные** | **Метапредметные УУД** | **Личностные УУД** |
| 1 | **Знания о физической культуре** Организационно-методические указания  Вводный инструктаж. | 1 | Дифференцировать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строиться в колонну в движении; понимать какие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой; научиться играть в п/и «Ловишка» | **Коммуникативные:** формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.  **Регулятивные:** уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.  **Познавательные:** 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 доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. |  |
| 2 | **Лёгкая атлетика** Тестирование бега на 30 м с высокого старта. | 1 | Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные:** уметь рассказывать правила проведения тестирования и п/и «Ловишка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину. |  |
| 3 | Техника челночного бега. | 1 | Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега | **Коммуникативные:** формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.  **Познавательные:** уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения п/и «Прерванные пятнашки» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности. |  |
| 4 | Техника челночного бега. | 1 | Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега | **Коммуникативные:** формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.  **Познавательные:** уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения п/и «Прерванные пятнашки» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности. |  |
| 5 | Тестирование челночного бега 3Х10 м. | 1 | Знать, что такое дистанция и как её можно удерживать; уметь выполнять разминку на месте; понимать правила тестирования челночного бега | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные: :** уметь рассказывать правила проведения тестирования и п/и «Прерванные пятнашки» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности. |  |
| 6 | **Знания о физической культуре** Знания о физической культуре. Возникновение физической культуры и спорта. | 1 | Знать, что такое дистанция и как её можно удерживать; как возникли физическая культура и спорт; уметь выполнять разминку в движении по кругу; понимать правила п/и «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.  **Познавательные:** уметь рассказать о возникновении физкультуры и спорта, правилах проведения п/и «Гуси – лебеди». | Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств. |  |
| 7 | **Лёгкая атлетика** Тестирование  метания мешочка на дальность. | 1 | Знать, как рассчитаться на первый-второй и как  перестраиваться по этому расчету. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила п/и «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 рассказывать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность и правила проведения п/и «Гуси – лебеди». | Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие  мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность. |  |
| 8 | **Подвижные игры**  Русская народная п/и «Горелки». | 1 | Знать, как размыкаются на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила п/и «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, рассказать о правилах проведения п/и «Горелки». | Формировать чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительное отношение к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях. |  |
| 9 | Русская народная п/и «Горелки». | 1 | Знать, как размыкаются на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила п/и «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение. | **Коммуникативные**: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощьювопросов; 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, рассказать о правилах проведения п/и «Горелки». | Формировать чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительное отношение к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях. |  |
| 10 | **Знания о физической культуре** Олимпийские игры. | 1 | Знать, что такое Олимпийские игры, какие символы и традиции у них существуют. Уметь выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила п/и «Колдунчики». | **Коммуникативные**: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию..  **Познавательные:** уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, о правилах проведения п/и «Колдунчики». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. |  |
| 11 | Что такое физическая культура? | 1 | Знать, что такое физическая культура. Учить выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила п/и «Колдунчики». | **Коммуникативные**: с достаточной полнотой и точностью 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», о правилах проведения п/и «Колдунчики». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. |  |
| 12 | Темп и ритм. | 1 | Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в кругу; понимать правила п/и «Салки» и «Мышеловка». | **Коммуникативные**: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощьювопросов.  **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию..  **Познавательные:** уметь рассказать о темпе и ритме, о правилах проведения п/и «Салки» и «Мышеловка». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях. |  |
| 13 | **Подвижные игры** Подвижная игра «Мышеловка». | 1 | Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила п/и «Салки» и «Мышеловка». | **Коммуникативные**: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач.  **Познавательные:** уметь рассказывать о темпе и ритме, рассказать о правилах проведения п/и «Салки» и «Мышеловка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками. |  |
| 14 | Подвижная игра «Мышеловка». | 1 | Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила п/и «Салки» и «Мышеловка». | **Коммуникативные**: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач.  **Познавательные:** уметь рассказывать о темпе и ритме, рассказать о правилах проведения п/и «Салки» и «Мышеловка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками. |  |
| 15 | **Знания о физической культуре** Личная гигиена человека.  ОБЖ | 1 | Знать, что такое гигиена. Уметь выполнять разминку в движении; выполнять правила п/и «Салки с домиками», технику выполнения высокого старта, как выполнять команды «на старт», «внимание», «марш». | **Коммуникативные**: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощьювопросов ( познавательная инициативность.  **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию..  **Познавательные:** уметь рассказывать о личной гигиене человека, о правилах проведения п/и «Салки с домиками» и о технике выполнения высокого старта | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; 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. |  |
| 16 | Тестирование метания малого мяча на точность. | 1 | Знать, как проводится разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность; понимать правила п/и «Два Мороза». | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные: :** уметь рассказывать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность и правила проведения п/и «Два Мороза». | Развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание 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. |  |
| 17 | **Гимнастика с элементами аэробики** Тестирование наклона вперёд из положения стоя. | 1 | Знать, как проводится разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; понимать правила п/и «Два Мороза»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени. | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные:** уметь рассказывать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах п/и «Два Мороза» | Развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание 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. |  |
| 18 | Наклоны вперёд из положения стоя. | 1 | Знать, как проводится разминка, направленная на развитие гибкости, выполнять наклоны вперед из положения стоя; понимать правила п/и «Два Мороза»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени. | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные:** уметь рассказывать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах п/и «Два Мороза» | Развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание 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. |  |
| 19 | Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с. | 1 | Знать, как проводится разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъёма туловища; понимать правила п/и «Волк во рву»: запоминать десятисекундный отрезок времени | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные:** уметь рассказывать о проведении тестирования подъёма туловища из положения лёжа и о правилах проведения п/и «Волк во рву». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасность. |  |
| 20 | **Лёгкая атлетика** Тестирование прыжка в длину с места. | 1 | Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места; понимать правила п/и «Волк во рву». | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные:** уметь рассказывать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о правилах проведения п/и «Волк во рву». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  |
| 21 | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа. | 1 | Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа; понимать правила п/и «Охотник и зайцы». | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные:** уметь рассказывать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа и о правилах проведения п/и «Охотник и зайцы». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  |
| 22 | Тестирование виса на время. | 1 | Знать, как проводится разминка у гимнастической стенки, тестирование виса на время. Понимать правила п/и «Охотник и зайцы». | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные:** уметь рассказывать о проведении тестирования виса на время и о правилах проведения п/и «Охотник и зайцы». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  |
| 23 | Стихотворное сопровождение на уроках. | 1 | Знать, как проводится разминка со стихотворным сопровождением. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка» | **Коммуникативные**: представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.  **Познавательные:** уметь воспроизводить стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. |  |
| 24 | Стихотворное сопровождение на уроках. | 1 | Знать, как проводится разминка со стихотворным сопровождением, п/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка» | **Коммуникативные**: представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.  **Познавательные:** уметь воспроизводить стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. |  |
| 25 | Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений. | **1** | Знать, как проводится разминка со стихотворным сопровождением, п/и «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 заданному правилу; сохранять заданную цель.  **Познавательные:** уметь воспроизводить стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. |  |
| 26 | **Подвижные игры** Ловля и броски мяча в парах | .1 | Знать, как проводится разминка с мячами, упражнения с мячами и п/и «Осада города» | **Коммуникативные**: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать).  **Регулятивные:** формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнёра; уметь видеть указанную ошибку и исправлять её по указанию взрослого.  **Познавательные:** уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения п/и «Осада города» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувств 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 |  |
| 27 | Подвижная игра «Осада города». | 1 | Знать, как проводится разминка с мячами, упражнения с мячами и п/и «Осада города» | **Коммуникативные**: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях 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 п/и «Осада города» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувств 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 |  |
| 28 | Индивидуальная работа с мячом. | 1 | Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в п/и «Осада города» | **Коммуникативные**: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.  **Регулятивные:**  формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Осада города» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление 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 самостоятельности и личной ответственности |  |
| 29 | Индивидуальная работа с мячом |  | Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в п/и «Осада города» | **Коммуникативные**: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.  **Регулятивные:**  формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Осада города» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление 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 самостоятельности и личной ответственности |  |
| 30 | Школа укрощения мяча. | 1 | Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в п/и «Вышибалы» | **Коммуникативные**: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.  **Регулятивные:**  формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Вышибалы» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление 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 самостоятельности и личной ответственности |  |
| 31 | Школа укрощения мяча | 1 | Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в п/и «Вышибалы» | **Коммуникативные**: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.  **Регулятивные:**  формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Вышибалы» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление 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 самостоятельности и личной ответственности |  |
| 32 | Подвижная игра «Ночная охота». | 1 | Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его броски и ловля, как играть п/и «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 п/и «Ночная охота». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности. |  |
| 33 | Подвижная игра «Ночная охота» | 1 | Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его броски и ловля, как играть п/и «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 п/и «Ночная охота». | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности. |  |
| 34 | Глаза закрывай – упражненье начинай. | 1 | Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение мяча в движении, его броски и ловля, как играть в п/и «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 п/и «Ночная охота»; знать , как выполняются упражнения с закрытыми глазами. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности. |  |
| 35 | Подвижные игры. | 1 | Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение. | **Коммуникативные**: слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу  **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции – рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.  **Познавательные:** формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры; знать , как выполняются упражнения с закрытыми глазами. | 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 |  |
| 36 | Подвижные игры. | 1 | Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение. | **Коммуникативные**: слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу  **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции – рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.  **Познавательные:** формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры; знать , как выполняются упражнения с закрытыми глазами. | 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 |  |
| 37 | Перекаты.  ОБЖ | 1 | Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила п/и «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 препятствий и самокоррекции.  **Познавательные:** уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в п/и «Удочка» | 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 представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни. |  |
| 38 | Разновидности перекатов. | 1 | Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и их виды, правила п/и «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 препятствий и самокоррекции.  **Познавательные:** уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в п/и «Удочка» | 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 представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни. |  |
| 39 | Техника выполнения кувырка вперёд.  ОБЖ | 1 | Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперёд, правила игры «Удочка» | **Коммуникативные**: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками.  **Регулятивные:**  формулировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  **Познавательные:** уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперёд и играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; принятие и осмысление социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности. |  |
| 40 | Техника выполнения кувырка вперёд | 1 | Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперёд, правила игры «Удочка» | **Коммуникативные**: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками.  **Регулятивные:**  формулировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  **Познавательные:** уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперёд и играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; принятие и осмысление социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности. |  |
| 41 | Кувырок  вперед. |  | Знать, что та­кое осанка, как проводится разминка на матах, технику выпол­нения перека­тов и кувырка вперед, правила игры «Успей убрать» | ***Коммуникативные:*** добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на матах, перекаты, ку­вырок вперед и играть в подвижную игру «Успей убрать» | 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 безопасный, здоровый образ жизни |  |
| 42 | Стойка на лопат­ках, «мост».  ОБЖ |  | 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 учения, 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 |  |
| 43 | Стойка на лопатках, «мост», совершенстование техники выполнения. | 1 | Знать, как проводится разминка, на­правленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопат­ках и «моста», правила подвиж­ной игры «Вол­шебные елочки» | ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга и учителя; представ­лять конкретное содержание и изла­гать его в устной форме. ***Регулятивные:*** формировать умение сохранять заданную цель; контро­лировать свою деятельность по ре­зультату.  ***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 |  |
| 44 | Стойка на голове.  ОБЖ | 1 | Знать, что такое стойка на голове, как проводится раз­минка на матах с резиновыми кольцами, технику выпол­нения кувырка вперед и стойки на голове | ***Коммуникативные:*** формировать навык речевых действий: использо­вания адекватных языковых средств для отображения в речевых выска­зываниях с целью планирования, контроля и самооценки.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осу­ществлять действие по образцу и за­данному правилу.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упраж­нение на внимание | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на осно­ве представлений о нрав­ственных нормах, соци­альной справедливости и свободе; формирование эстетических потребно­стей, ценностей и чувств |  |
| 45 | Лазанье по гимнастической стенке | 1 | Знать, что такое стойка на голове, как проводится раз­минка на матах с резиновыми кольцами, технику выпол­нения 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 на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнасти­ческой стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |  |
| 46 | Пере­лизание на гимнастической стенке. | 1 | 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 упражнение на внимание | 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; 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 образ жизни безопасный, здо­ровый |  |
| 47 | Висы  на перекладине. | 1 | Знать, что такое вис, как прово­дится разминка с гимнастиче­скими палками, технику перелезания на гим­настической стенке | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего на ­учения, формировать способность к преодолению препятствий и само- коррекции.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с гимнастическими пал­ками, лазанье и перелезание на гим­настической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине, проводить подвиж­ную игру «Удочка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав- ственной отзывчивости; развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки; развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  |
| 48 | Круговая трениров­ка. | 1 | Знать, что та­кое круговая тренировка, как проводится разминка с гим­настическими палками, техни­ку перелезай и я на гимнасти­ческой стенке и стойки на го­лове | ***К оммуникативные:*** 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 самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с гимнастическими палка­ми, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию | 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; формирование установ­ки на безопасный образ жизни, эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
| 49 | Прыжки со скакал­кой.  ОБЖ | 1 | Знать, что такое скакалка и ка­кие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со ска­калкой и в ска­калку, правила игры «Шмель» | ***Коммуникативные:*** формировать на­выки речевого отображения (описа­ния, объяснения) содержания совер­шаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.  ***Регулятивные:*** формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную игру «Шмель» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопережива***н***ия чувствам других людей; формиро­вание установки на без­опасный и здоровый образ жизни |  |
| 50 | Прыжки на скакалке. | 1 | Знать, что такое скакалка и ка­кие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со ска­калкой и в ска­калку, правила игры «Шмель» | ***Коммуникативные:*** формировать навыки сотрудничества со сверст­никами и взрослыми; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой и в скакалку, прово­дить подвижную игру «Шмель» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, ***п***ринятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формиро­вание установки на без­опасный и здоровый образ жизни |  |
| 51 | Круговая тренировка.­ | 1 | Знать, что такое круговая трени­ровка и какие упражнения могут в нее вхо­дить, правила | ***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.  ***Познавательные:*** 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, ценно­стей и чувств |  |
| 52 | Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах | .1 | Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, правила игры «Волк во рву» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; формиро­вать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориенти­ровки.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  ***Познавательные:*** 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 |  |
| 53 | Вис прогнувшись на гимнастических  кольцах | 1 | Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить раз­минку с двумя резиновыми кольцами, правила игры «Волк во рву» | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.  ***Регулятивные:*** проектировать тра­ектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.  ***Познавательные****:* уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе; формирование эстетиче­ских потребностей, цен­ностей и чувств |  |
| 54 | Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах | 1 | Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить раз­минку с двумя резиновыми кольцами, пра­вила игры «По­прыгунчики-во­робушки» | *Коммуникативные:* формировать на­выки речевого отображения (описа­ния, объяснения) содержания совер­шаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. *Регулятивные:* определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контро­лировать свою деятельность по ре­зультату.  *Познавательные:* уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись, вис про­гнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на осно­ве представлений о нрав­ственных нормах, соци­альной справедливости и свободе; формирование эстетических потребно­стей, ценностей и чувств |  |
| 55 | Вращение  обруча. | **1** | 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 прогнувшись, пере ворог вперед и назад на кольцах, вра­щать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки » | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие  и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
| 56 | Обруч — учимся им управлять | 1 | Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с об­ручами, правила игры «Попры­гунчики-воробушки» | ***Коммуникативные:*** формировать навыки учебного сотрудничества в холе индивидуальной и групповой рабо­ты; слушать и слышать друг друга. ***Регулятивные:*** формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять за­данную цель.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики - воробушки» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие  и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
| 57 | Круговая  трениров­ка. | 1 | Знать, что та­кое массажные мячи и что с ними можно делать, прави­ла проведения круговой трени­ровки | ***Коммуникативные:*** 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 выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить подвижные игры | 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 |  |
| 58 | Круговая  трениров­ка | 1 | Знать, что та­кое массажные мячи и что с ними можно делать, прави­ла проведения круговой трени­ровки | ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга и учителя; 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 выполнять разминку с массажными мячами, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижные игры | 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 |  |
| 59 | Лазанье по канату | 1 | Знать, что та­кое канат, как по нему лазать, правила игры «Белки в лесу» | ***Коммуникативные****:* формировать навыки сотрудничества со сверстни­ками и взрослыми; уметь понимать мысли, чувства, стремления и же­лания окружающих, их внутренний мир в целом.  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекиии.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с гимнастическими пал­ками, лазать по канату, играть в по­движную игру «Белки в лесу» | 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, нахо­дить выходы из спорных ситуаций |  |
| 60 | Подвиж­ная игра «Белочка - защитница». | 1 | Знать, что та­кое канат, как по нему лазать, правила игры «Белочка-за­щитница» | ***Коммуникативные:*** 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 адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятель­но выделять и формулировать по­знавательную цель.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с гимнастическими пал­ками, лазать по канату, играть в по­движную игру «Белочка-защитница» | 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, нахо­дить выходы из спорных ситуаций |  |
| 61 | Прохожде­ние поло­сы препятствий. | 1 | 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 информацию, уметь сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** уметь выполн ять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в п/и «Белочка-защитница» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах |  |
| 62 | Прохожде­ние услож­ненной полосы препят­ствий | 1 | 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 информацию; уметь сохранять за­данную цель.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на гимнастических ска­мейках, преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в по­движную игру «Белочка-зашитница» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах |  |
| 63 | Техника прыжка в высоту с прямого разбега. | 1 | Знать, что такое прыжок в вы­соту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и пры­гуны» | ***Коммуникативные:*** добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  ***Регулятивные:*** формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по об­разу и заданному правилу. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на гимнастических ска­мейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости |  |
| 64 | Прыжок  в высоту с прямого разбега | 1 | Знать, что такое прыжок в вы­соту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны» | ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксиче­скими нормами родного языка. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости |  |
| 65 | Прыжок  в высоту  спиной  вперед | 1 | Знать, что такое прыжок в вы­соту спиной вперед, как он выполняется, правила игры «Грибы-шалу­ны» | ***Коммуникативные:*** добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки ре­чевого отображения (описания, объ­яснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.  ***Регулятивные:*** формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному примеру; адекватно понимать оценку взрослого и сверст­ников.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны» | 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 |  |
| 66 | Прыжки  в высоту. | 1 | Знать, что такое прыжки в вы­соту, как они выполняются, правила игры «Грибы-шалу­ны» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержа­ние и излагать его в устной форме. ***Регулятивные:*** формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны» | 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 |  |
| 67 | Броски и ловля мяча в парах. | 1 | Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мя­чами, правила игры «Котел» | ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партне­ра, умение убеждать).  ***Регулятивные:*** формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** 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 |  |
| 68 | Броски и ловля мяча в парах | 1 | Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры мячами, правила игры «Котёл» | ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга; эффективно со­трудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль,  ***Регулятивные:*** формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** 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 |  |
| 69 | Броски и ловля мяча в парах | 1 | Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котёл» | ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга; эффективно со­трудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).  **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. **Познавательные:** 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 |  |
| 70 | Ведение  мяча | 1 | Знать, что такое ведение мяча, как проводится разминка с мя­чами, правила игры «Охотники и утки» | ***Коммуникативные:*** формировать на­выки содействия в достижении пели со сверстниками; добывать недо­стающую информацию с помошью вопросов.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки» | 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 |  |
| 71 | Ведение мяча в движе­нии | 1 | Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мя­чами, правила проведения эстафет | ***Коммуникативные:*** формировать на­вык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого. ***Познавательные:*** 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 |  |
| 72 | Ведение мяча в движе­нии | 1 | Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мя­чами, правила проведения эстафет | ***Коммуникативные:*** формировать на­вык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого. ***Познавательные:*** 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 |  |
| 73 | Эстафеты с мячом | 1 | Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мя­чами, правила проведения эстафет | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержа­ние и излагать его в устной форме. ***Регулятивные:*** формировать умение самостоятельно выделять и форму­лировать познавательную цель; искать и выделять необходимую ин­формацию.  ***Познавательные****:* 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. | 1 | Знать правила проведения подвижных игр «Охотники и утки» и «Ан­тивышибалы» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организо­вывать и осуществлять совместную деятельность.  ***Регулятивные:*** формировать ситуа­цию саморегуляции, т. е. операци­онный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с мячом, играть в подвижные игры «Охотники и утки» и «Ан­тивышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и  эмоционально -нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками |  |
| 75 | Подвиж­ные игры | 1 | Знать правила проведения по­движных игр | ***Коммуникативные:*** строить продук­тивное взаимодействие со сверст­никами и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками.  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с мячом, выбирать подвижные игры и участвовать в них | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками |  |
| 76 | Броски мяча через волейболь­ную сетку | 1 | Знать, как вы­полнять брос­ки мяча через волейбольную сетку | ***Коммуникативные:*** формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партне­ра, умение убеждать).  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку в парах, броски через волей­больную сетку; играть в подвижную «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 взрослым в разных си­туациях, умение не созда­вать конфликты |  |
| 77 | Точность бросков мяча через волейболь­ную сетку | 1 | Знать, как вы­полнять броски мяча через волейбольную сетку на точ­ность | ***Коммуникативные:*** 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 самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:*** 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 |  |
| 78 | Подвиж­ная игра «Вышиба­лы через сетку» |  | Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные****:* формировать на­выки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой рабо­ты, уважение к иной точке зрения. ***Регулятивные****:* проектировать тра­ектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь контролиро­вать свою деятельность по результату. ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейболь­ную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | 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 |  |
| **79** | Броски мяча через волейболь­ную сетку с дальних дистанций | 1 | Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные:*** владеть моноло­гической и диалогической формами речи в соответствии с грамматиче­скими и синтаксическими нормами родного языка.  ***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвиж­ную игру «Вышибалы через сетку» | 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 |  |
| 80 | Бросок набивно­го мяча от груди | 1 | Знать, как вы­полнять броски набивного мяча от груди, как играть в подвижную игру «Вышибалычерез сетку» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность).  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; 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 |  |
| 81 | Бросок набивного мяча снизу. |  | Знать, как вы­полнять броски набивного мяча снизу, как иг­рать в подвиж­ную игру «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность).  ***Регулятивные****:*осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по настав­лению взрослого.  ***Познавательные:*** 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 |  |
| 82 | Подвиж­ная игра «Точно в цель» | 1 | Знать, как вы­полнять броски набивного мяча снизу и от гру­ди, как играть в подвижную игру «Точно в цель» | ***Коммуникативные:*** формировать навык речевых действий: использо­вания адекватных языковых средств для отображения в речевых выска­зываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.  ***Регулятивные:*** формировать умение сохранять заданную цель; контро­лировать свою деятельность по результату.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со 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 |  |
| 83 | Тестиро­вание виса на время | 1 | Знать, как проводится тестирование виса на время, как играть в по­движную игру «Точно в цель» | ***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 с малыми мячами, тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Точно в цель» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-  нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 84 | Тестирова­ние накло­на вперед из положе­ния стоя | 1 | Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки» | ***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 гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-  нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 85 | Тестирова­ние прыж­ка в длину с места. | 1 | Знать, как проводится тестирование прыжков в дли­ну, как играть в подвижную игру «Собачки» | ***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 беговую разминку, сдавать тестиро­вание прыжков в длину, играть в подвижную игру «Собачки» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 86 | Тестиро­вание под­тягивания на низкой перекладине | 1 | Знать, как проводится тестирование подтягивания на низкой пере­кладине, как иг­рать в подвиж­ную игру «Лес, болото, озеро» | ***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 в движении, сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 87 | Тести­рование  подъема туловища за 30 с | 1 | Знать, как проводится тестирование подъема туло­вища за 30 с, как играть в по­движную игру «Лес, болото, озеро» | ***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 в движении, сдавать тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, бо­лото, озеро» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 88 | Техника метания на точ­ность. | 1 | Знать, как играть в п/и «Ловишки с мешочком на голове» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).  ***Регулятивные:*** формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | 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 |  |
| 89 | Тестиро­вание ме­тания ма­лого мяча на точ­ность. | 1 | Знать, как про­водится тести­рование мета­ния малого мяча на точность, как играть в по­движную игру «Ловишка с ме­шочком на голове» | ***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 с мешочками, сдавать тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | 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 |  |
| 90 | Подвижные игры для зала | 1 | Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формиро­вать уважение к иной точке зрения.  **Регулятивные:** формировать ситуа­цию саморегуляции, т. е. операци­онный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.  **Познавательные:** уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала | 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 |  |
| 91 | Беговые упражнения | 1 | Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в п/и «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** 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 видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по об­разах и заданному примеру.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку в движении и беговые уп­ражнения, играть в подвижную игру «Колдунчики» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости |  |
| 92 | Тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта. | 1 | Знать, как сда­ется тестирова­ние бега на 30 м с высокого старта. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики» | ***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 в движении, сдавать те­стирование бега на 30 м, играть в по­движную игру «Хвостики» | 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 |  |
| 93 | Тести­рование  челноч­ного бега  З х 10 м | 1 | Знать, как сда­ется тестирова­ние челночного бега Зх 10 м. 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 в движении, сдавать тестирование челночного бега З х 10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | 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 |  |
| 94 | Тести­рование метания мешочка на даль­ность. | 1 | 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 метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай бы­стрее» | 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. |  |
| 95 | Команд­ная по­движная игра «Хво­стики» | 1 | Знать, что такое координация движений,  Для чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка» | ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга и учителя; с достаточ­ной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** формировать ситуа­цию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.  ***Познавательные:*** 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» | 1 | Знать правила игры «Горелки» и стихотворное сопровождение к ней. Уметь иг­рать в подвижную игру «Игра в птиц» | ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга и учителя; с доста­точной полнотой и точностью вы­ражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** формировать ситуа­цию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, иг­рать в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц» | Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и исто­рию России; формирова­ние 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 |  |
| 97 | Команд­ные подвижные игры. | 1 | 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 деятельность по результату.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь» | 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 |  |
| 98 | Подвиж­ные игры с мячом | 1 | Знать игры, в которых ис­пользуется мяч, правила игр «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:*** уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Выши­балы», **«**Игра в птиц с мячом» | 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 |  |
| 99 | Подвиж­ные игры. | 1 | Знать, как вы­бирать подвиж­ные игры, как подводить итоги учебного года | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения.  ***Регулятивные:*** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль.  ***Познавательные:*** уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги учебного года | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками |  |

**3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой тем**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название раздела,**  **темы** | **Кол-во часов** |
|
| **Знания о физической культуре** Организационно-методические указания  Вводный инструктаж. | 1 |
| **Лёгкая атлетика** Тестирование бега на 30 м с высокого старта. | 1 |
| Техника челночного бега. | 1 |
| Техника челночного бега. | 1 |
| Тестирование челночного бега 3Х10 м. | 1 |
| **Знания о физической культуре** Знания о физической культуре. Возникновение физической культуры и спорта. | 1 |
| **Лёгкая атлетика** Тестирование метания мешочка на дальность. | 1 |
| **Подвижные игры**  Русская народная п/и «Горелки». | 1 |
| Русская народная п/и «Горелки». | 1 |
| **Знания о физической культуре** Олимпийские игры. | 1 |
| Что такое физическая культура? | 1 |
| Темп и ритм. | 1 |
| **Подвижные игры** Подвижная игра «Мышеловка». | 1 |
| Подвижная игра «Мышеловка». | 1 |
| **Знания о физической культуре** Личная гигиена человека. ОБЖ | 1 |
| Тестирование метания малого мяча на точность. | 1 |
| **Гимнастика с элементами аэробики** Тестирование наклона вперёд из положения стоя. | 1 |
| Наклоны вперёд из положения стоя. | 1 |
| Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с. | 1 |
| **Лёгкая атлетика** Тестирование прыжка в длину с места. | 1 |
| Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа. | 1 |
| Тестирование виса на время. | 1 |
| Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений. | **3** |
| **Подвижные игры** Ловля и броски мяча в парах | .1 |
| Подвижная игра «Осада города». | 1 |
| Индивидуальная работа с мячом. | 1 |
| Индивидуальная работа с мячом |  |
| Школа укрощения мяча. | 1 |
| Школа укрощения мяча | 1 |
| Подвижная игра «Ночная охота». | 1 |
| Подвижная игра «Ночная охота» | 1 |
| Глаза закрывай – упражненье начинай. | 1 |
| Подвижные игры. | 2 |
| Перекаты. ОБЖ | 1 |
| Разновидности перекатов. | 1 |
| Техника выполнения кувырка вперёд. ОБЖ | 1 |
| Техника выполнения кувырка вперёд | 1 |
| Кувырок вперед. |  |
| Стойка на лопат­ках, «мост».ОБЖ |  |
| Стойка на лопатках, «мост», совершенстование техники выполнения. | 1 |
| Стойка на голове.ОБЖ | 1 |
| Лазанье по гимнастической стенке | 1 |
| Пере­лизание на гимнастической стенке. | 1 |
| Висы на перекладине. | 1 |
| Круговая трениров­ка. | 2 |
| Прыжки со скакал­кой.ОБЖ | 1 |
| Прыжки на скакалке. | 1 |
| Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах | .1 |
| Вис прогнувшись на гимнастических кольцах | 1 |
| Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах | 1 |
| Вращениеобруча. | **1** |
| Обруч — учимся им управлять | 1 |
| Круговаятрениров­ка. | 2 |
| Лазанье по канату | 1 |
| Подвиж­ная игра «Белочка - защитница». | 1 |
| Прохожде­ние поло­сы препятствий. | 1 |
| Прохожде­ние услож­ненной полосы препят­ствий | 1 |
| Техника прыжка в высоту с прямого разбега. | 1 |
| Прыжок в высоту с прямого разбега | 1 |
| Прыжок в высоту спиной вперед | 1 |
| Прыжки в высоту. | 1 |
| Броски и ловля мяча в парах. | 3 |
| Ведение мяча | 1 |
| Ведение мяча в движе­нии | 2 |
| Эстафеты с мячом | 1 |
| Подвиж­ные игры с мячом. | 2 |
| Броски мяча через волейболь­ную сетку | 1 |
| Точность бросков мяча через волейболь­ную сетку | 1 |
| Подвиж­ная игра «Вышиба­лы через сетку» | 1 |
| Броски мяча через волейболь­ную сетку с дальних дистанций | 1 |
| Бросок набивно­го мяча от груди | 1 |
| Бросок набивного мяча снизу. | 1 |
| Подвиж­ная игра «Точно в цель» | 1 |
| Тестиро­вание виса на время | 1 |
| Тестирова­ние накло­на вперед из положе­ния стоя | 1 |
| Тестирова­ние прыж­ка в длину с места. | 1 |
| Тестиро­вание под­тягивания на низкой перекладине | 1 |
| Тести­рование подъема туловища за 30 с | 1 |
| Техника метания на точ­ность. | 1 |
| Тестиро­вание ме­тания ма­лого мяча на точ­ность. | 1 |
| Подвижные игры для зала | 1 |
| Беговые упражнения | 1 |
| Тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта. | 1 |
| Тести­рование челноч­ного бега З х 10 м | 1 |
| Тести­рование метания мешочка на даль­ность. | 1 |
| Команд­ная по­движная игра «Хво­стики» | 1 |
| Русская народная подвижная игра «Го­релки» | 1 |
| Команд­ные подвижные игры. | 1 |
| Подвиж­ные игры с мячом | 1 |
| Подвиж­ные игры. | 1 |