

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
Солнечная средняя общеобразовательная школа**

**Программа
по учебному предмету «Физическая культура».
1-4 классы
начальное (общее) образование**

разработчик: Бесполуденный В.В., учитель «физической культуры»

п. Солнечный.

1. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения программы обучающимися происходит в процессе воспитания высококонкретных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Личностные результаты

Обучающийся получит возможность для формирования следующих умений;

1 класс

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

2 класс

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

3 класс

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

4 класс

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

Метапредметные результаты

1 класс

Регулятивные УУД: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга; видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу;

Познавательные УУД: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

Коммуникативные УУД: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; участие в спортивной жизни класса; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.

2 класс

Регулятивные УУД: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга; видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу;

Познавательные УУД: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

Коммуникативные УУД: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; участие в спортивной жизни класса; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.

3 класс

Регулятивные УУД: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга; видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу;

Познавательные УУД: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

Коммуникативные УУД: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; участие в спортивной жизни класса; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.

4 класс

Регулятивные УУД: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга; видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу;

Познавательные УУД: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

Коммуникативные УУД: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; участие в спортивной жизни класса; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.

Предметные результаты

1 класс

Обучающийся научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать их технику умения последовательно чередовать в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);

Обучающийся получит возможность научиться:

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;

2 класс

Обучающийся научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать их технику умения последовательно чередовать в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);

Обучающийся получит возможность научиться:

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;

•выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

3 класс

Обучающийся научится:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать их технику умения последовательно чередовать в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);

Обучающийся получит возможность научиться:

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

4 класс

Обучающийся научится:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать их технику умения последовательно чередовать в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Обучающийся получит возможность научиться:

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА».

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных занятий физическими упражнениями. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закалывающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Физическое совершенствование

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

1 класс

Раздел 1. Легкая атлетика(23ч)

Высокий старт. Старт и стартовый разгон. Бег на короткие дистанции 30 м. Бег в равномерном темпе 3 мин. Бег с максимальной скоростью 3х10 м. Прыжок в длину с места. Метание малого мяча с места. Метание мяча в горизонтальную цель. Бег на средние дистанции 300 м. Прыжки через скакалку. Прыжковые упражнения.

Раздел 2. Подвижные игры (28ч)

Передача мяча с места различными способами. Ведение мяча правой и левой на месте. Ведение в движении шагом. Упражнения с набивными мячами на развитие координаций и силы. Игры «перестрелка», «охотники и утки», «защитник», «красное знамя», «совушка», «воробьи и вороны», «колдуны». Игра «передача мяча в колоннах». Игра «гонка мячей по кругу». Эстафеты с мячом. Преодоление полосы препятствий.

Раздел 3. Гимнастика с элементами акробатики(24ч).

Акробатика (кувырок в перед, стойка на лопатках согнув ноги, акробатические соединения). Равновесие (захват каната ногами сидя на скамье, ходьба по бревну приставным шагом, приседания и повороты в приседе). Висы (вис согнувшись и прогнувшись, подтягивание в висе хватом сверху, вис прогнувшись на гимнастической стенке). Подтягивание на перекладине.

Раздел 4. Лыжная подготовка(24ч).

Ступающий шаг. Скользящий шаг. Одновременный бесшажный ход. Подъем на склон лесенкой и ёлочкой. Спуск со склона в средней и низкой стойке. Круговые эстафеты. Прохождение дистанции в среднем темпе, поворот переступанием.

2 класс

Раздел 1. Легкая атлетика(24ч)

Высокий старт. Старт и стартовый разгон. Бег на короткие дистанции 30 м. Бег в равномерном темпе 6 мин. Бег с максимальной скоростью 3х10 м. Прыжок в длину с места. Метание малого мяча с разбега. Метание мяча в горизонтальную цель. Бег на средние дистанции 300 м. и 500 м. Прыжки через скакалку. Прыжковые упражнения.

Раздел 2. Подвижные игры (28ч)

Передача мяча с места различными способами. Передача мяча в парах Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ведение мяча в движении шагом. Упражнения с набивными мячами на развитие координаций и силы. Игры «перестрелка», «охотники и утки», «защитник», «красное знамя», «совушка», «воробы и вороны», «колдуны». Игра «передача мяча в колоннах». Игра «гонка мячей по кругу». Эстафеты с мячом. Преодоление полосы препятствий.

Раздел 3. Гимнастика с элементами акробатики(24ч).

Акробатика (кувырок в перед и назад, стойка на лопатках согнув ноги, акробатические соединения). Равновесие (захват каната ногами сидя на скамье, ходьба по бревну приставным шагом, приседания и повороты в приседе). Висы (вис согнувшись и прогнувшись, подтягивание в висе хватом сверху, вис прогнувшись на гимнастической стенке). Подтягивание на перекладине.

Раздел 4. Лыжная подготовка(24ч).

Ступающий шаг. Скользящий шаг. Одновременный бесшажный ход. Подъем на склон лесенкой и ёлочкой. Спуск со склона в средней и низкой стойке. Торможение плугом. Круговые эстафеты. Прохождение дистанции в среднем темпе, поворот переступанием.

3 класс

Раздел 1. Легкая атлетика(24ч)

Высокий старт. Старт и стартовый разгон. Бег на короткие дистанции 30 м. и 60 м. Бег в равномерном темпе 6 мин. Бег с максимальной скоростью 3х10 м. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Прыжок в длину с места. Метание малого мяча с разбега. Метание мяча в горизонтальную цель. Бег на средние дистанции 300 м. и 500 м. Прыжки через скакалку. Прыжковые упражнения.

Раздел 2. Подвижные игры (28ч)

Передвижение игрока и остановка прыжком. Передача мяча с места различными способами. Передача мяча в парах и тройках. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с изменением направления. Упражнения с набивными мячами на развитие координаций и силы. Игры «перестрелка», «охотники и утки», «защитник», «красное знамя», «совушка», «воробы и вороны», «колдуны». Игра «передача мяча в колоннах». Игра «гонка мячей по кругу». Эстафеты с мячом. Преодоление полосы препятствий.

Раздел 3. Гимнастика с элементами акробатики(24ч).

Акробатика (кувырок в перед и назад, стойка на лопатках согнув ноги, акробатические соединения). Равновесие (лазание по канату, ходьба по бревну приставным шагом, приседания и повороты в приседе). Висы (вис согнувшись и прогнувшись, подтягивание в висе хватом сверху, вис прогнувшись на гимнастической стенке). Подтягивание на перекладине.

Раздел 4. Лыжная подготовка(24ч).

Ступающий шаг. Скользящий шаг. Одновременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Подъем на склон лесенкой и ёлочкой. Спуск со склона в средней и низкой стойке. Торможение плугом. Круговые эстафеты. Прохождение дистанции в среднем темпе, поворот переступанием.

4 класс

Раздел 1. Легкая атлетика(24ч)

Высокий старт. Старт и стартовый разгон. Бег на короткие дистанции 30 м. и 60 м. Бег в равномерном темпе 6 мин. Бег с максимальной скоростью 3х10 м. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Прыжок в длину с места. Метание малого мяча с разбега. Метание мяча в горизонтальную цель. Бег на средние дистанции 500 м. и 1000 м. Прыжки через скакалку. Прыжковые упражнения.

Раздел 2. Подвижные игры (28ч)

Передвижение игрока и остановка прыжком. Передача мяча с места различными способами. Передача мяча в парах и тройках. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча после ведения в парах. Упражнения с набивными мячами на развитие координации и силы. Игры «перестрелка», «охотники и утки», «защитник», «красное знамя», «совушка», «воробьи и вороны», «колдуны», «передал садись», «салки в кругу», «волк во рву». Игра «передача мяча в колоннах». Игра «гонка мячей по кругу». Эстафеты с мячом. Преодоление полосы препятствий

Раздел 3. Гимнастика с элементами акробатики(24ч).

Акробатика (кувырок в перед и назад, стойка на лопатках согнув ноги, акробатические соединения). Равновесие (лазание по канату, ходьба по бревну приставным шагом, приседания и повороты в приседе). Висы (вис согнувшись и прогнувшись, подтягивание в висе хватом сверху вис прогнувшись на гимнастической стенке). Подтягивание на перекладине.

Раздел 4. Лыжная подготовка(24ч).

Ступающий шаг. Скользящий шаг. Одновременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Подъем на склон лесенкой и ёлочкой. Спуск со склона в средней и низкой стойке. Торможение плугом. Круговые эстафеты. Прохождение дистанции в среднем темпе, поворот переступанием.

**Распределение учебного времени прохождения
программного материала по физической культуре
1 класс**

№ п/п	Вид программного материала	Количес т во часов	Четверть			
			1	2	3	4
1	Знания о физической культуре	В процессе урока				
2	Гимнастика с элементами акробатики	24		24		
3	Легкая атлетика	23	12			11
4	Лыжная подготовка	24			24	
6	Подвижные игры	28	12		6	10
ИТОГО		99	24	24	30	21

2-4 класс

№ п/п	Вид программного материала	Количес т во часов	Четверть			
			1	2	3	4
1	Знания о физической культуре	В процессе урока				
2	Гимнастика с элементами акробатики	24		24		
3	Легкая атлетика	24	12			14
4	Лыжная подготовка	24			24	
6	Подвижные игры	28	12		6	10
ИТОГО		102	24	24	30	24

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

Общее количество часов на учебный год - 99

Общее количество учебных часов на I четверть - 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	по плану	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Легкая атлетика-12часов								
1			Ходьба и бег	1	Инструктаж по охране труда при занятии легкой атлетикой. Ходьба под счет. Ходьба на носках и на пятках. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза»	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и в беге.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> правильно выполнять основные движения в ходьбе и в беге.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
2			Ходьба и бег.	1	Основная стойка. Ходьба в колонне по одному. Прыжок в длину с места. Бег 30 м. Подвижная игра «Вызов номеров»	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Вызов номеров»	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Вызов номеров»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
3			Ходьба и бег.	1	Ходьба под счет. Ходьба на носках и на пятках. Бег 30 м. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Гуси-лебеди»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега 30 м, играть в разные варианты подвижных игр.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
4			Ходьба и бег. Тестирование.	1	Строевые упражнения пройденные на предыдущих уроках. Бег на 30 м. Подвижная игра «Вызов номеров»	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Вызов номеров».	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Вызов номеров».	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

5		Ходьба и бег.	1	Строевые упражнения пройденные на предыдущих уроках. Бег на 30 м. Подвижная игра «Вызов номеров»	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Вызов номеров».	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м, играть в подвижную игру «Вызов номеров»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
6		Прыжки.	1	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде»	Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; Знать правила игры «Зайцы в огороде»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> выполнять прыжковые движения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
7		Прыжки.	1	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; Знать правила игры «Зайцы в огороде»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> выполнять прыжковые движения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
8		Прыжки.	1	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра «Лисы и куры»	Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; Знать правила игры «Лисы и куры»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять прыжковые движения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
9		Броски малого мяча.	1	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра «К своим флажкам». ОРУ. Развитие скоростно- силовых качеств.	Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять основные движения в метании, играть в подвижную игру «К своим флажкам»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
10		Броски малого мяча.	1	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра «Попади в мяч». ОРУ. Развитие скоростно- силовых качеств.	Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять основные движения в метании, играть в подвижную игру «Попади в мяч»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

11			Бег по пересеченной местности.		Равномерный бег (3 мин.) Чередование ходьбы и бега. Подвижная игра «Заяц без логова»	Уметь бегать в равномерном темпе (до 3 мин); чередовать ходьбу с бегом (бег-60м, ходьба- 90м)	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять чередование бега с ходьбой », играть в подвижную игру «Заяц без логова»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
12			Бег по пересеченной местности.	1	Равномерный бег (4 мин.) Чередование ходьбы и бега. Подвижная игра «Третий лишний»	Уметь бегать в равномерном темпе (до 4 мин); чередовать ходьбу с бегом	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> выполнять чередование бега с ходьбой », играть в подвижную игру «Третий лишний»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные игры – 12 часов								
13			Подвижные игры.	1	Правила ТБ на уроках подвижных игр. Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения.	Уметь выполнять ведение мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять ходьбу с изменением направления.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
14			Подвижные игры.	1	Повороты направо налево переступанием. Подвижная игра «красное знамя». Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	Уметь выполнять бросок мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
15			Подвижные игры.	1	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Подвижная игра «красное знамя»	Уметь выполнять бросок мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
16			Подвижные игры.	1	Повороты направо налево переступанием. Передача мяча снизу двумя руками. Игра «Попади в мяч»	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

							варианты пасов, играть в подвижную игру	
17			Подвижные игры.	1	Повороты направо налево переступанием. Метание малого мяча в вертикальную цель. Передача мяча снизу двумя руками. Игра «Мяч соседу»	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
18			Подвижные игры.	1	Передача мяча снизу двумя руками. Игра «Передача мяча в колоннах»	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
19			Контроль техники передачи мяча	1	Комплекс простейших упражнений. Передачи мяча с места.	Знать правила проведения упражнения. Уметь выполнять передачи мяча	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
20			Подвижные игры.	1	Строевые команды. Ведение мяча шагом. Игра «Гонка мячей по кругу» Преодоление полосы препятствий.	Уметь выполнять ведение мяча шагом. Знать правила игры «Гонка мячей по кругу»	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
21			Подвижные игры.	1	Строевые команды. Ведение мяча шагом. Преодоление полосы препятствий.	Уметь выполнять ведение мяча шагом. Преодолевать полосу препятствия.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

22			Подвижные игры.		Ведение мяча шагом. «Гонка мячей по кругу»	Знать правила проведения упражнения. Уметь выполнять ведение мяча	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
23			Преодоление полосы из 5 препятствий. Подтягивание.		Комплекс упражнений с набивными мячами. Преодоление полосы из 5 препятствий. Игра «перестрелка».	Знать правила преодоления полосы препятствия.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
24			Подвижные игры. Подведение итогов четверти	1	Ведение мяча шагом. Подвижная игра «Мяч в корзину», «запрещенное движение», «салки - выручалки».	Уметь выполнять подтягивание на перекладине	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Мяч в корзину»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на II четверть – 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	По плану	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Гимнастика – 24 часа								
25			Акробатика. Строевые упражнения.	1	Т.Б на уроках гимнастики. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Фигуры»	Знать технику выполнения переката в группировке, правила подвижной игры.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> выполнения переката в группировке, правила подвижной игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
26			Акробатика. Строевые упражнения	1	Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно»	Знать технику выполнения переката в группировке, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнения переката в группировке, правила подвижной игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
27			Акробатика. Строевые упражнения	1	Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Совушка»	Знать технику выполнения переката в группировке, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнения переката в группировке, правила подвижной игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,
28			Акробатика. Строевые упражнения	1	Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Совушка»	Знать технику выполнения переката в группировке, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнения переката в группировке, правила подвижной игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
29			Акробатика. Строевые	1	Построение в круг. Группировка. Перекаты в	Знать технику выполнения переката в группировке, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

			упражнения		группировке из упора стоя на коленях. Игра «Совушка»		самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнения переката в группировке, правила подвижной игры.	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
30			Акробатика. Строевые упражнения	1	Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Горячая линия»	Знать технику выполнения переката в группировке, правила подвижной игры «Горячая линия»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
31			Лазание по гимнастической стенке	1	Перестроение из одной шеренги в две. Лазание по гимнастической стенке.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения лазания по гимнастической стенке, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
32			Лазание по гимнастической стенке	1	Перестроение из одной шеренги в две. Лазание по гимнастической стенке. Игра-эстафета с набивными мячами.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения лазания по гимнастической стенке, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
33			Контроль стойка на лопатках	1	Стойка на лопатках прогнувшись. Развитие гибкости.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на руках и голове,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
34			Лазание по наклонной скамье	1	Перестроение из одной шеренги в две. Комплекс с гимнастической палкой. Лазание по наклонной скамейке.	Знать технику лазания по наклонной скамье, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по скамье, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
35			Лазание по наклонной скамье	1	Перестроение из одной шеренги в две. Комплекс с гимнастической палкой. Лазание по наклонной скамейке.	Знать технику лазания по наклонной скамье, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по скамье, прыгать в скакалку в тройках, играть в	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

							подвижную игру «Будь осторожен»	
36			Захват каната ногами сидя на скамье.	1	Захват каната ногами в висе на канате. Игра с включением акробатических упражнений.	Знать технику лазанья по канату	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
37			Захват каната ногами. Игра «Слушай сигнал»	1	ОРУ на гимнастических скамейках. Захват каната ногами в висе на канате. Игра с включением акробатических упражнений.	Знать технику лазанья по канату	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
38			Захват каната ногами. Игра «Слушай сигнал»	1	Перестроение из одной шеренги в две. ОРУ на гимнастических скамейках. Лазание по канату.	Знать технику лазанья по канату	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
39			Комбинация из освоенных элементов	1	Развитие гибкости. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и з положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
40			Равновесие. Строевые упражнения.	1	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в сторону руки. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Игра «Не ошибись»	Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

41			Равновесие. Строевые упражнения.	1	Размыкание на вытянутые в сторону руки. Стойка на носках, на одной ноге гимнастической скамейке. Перешагивание через набивные мячи.	Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
42			Равновесие. Строевые упражнения.	1	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!» Перешагивание через набивные мячи. Игра «Не ошибись»	Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
43			Равновесие. Строевые упражнения.	1	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!» Перешагивание через набивные мячи. Игра «Не ошибись»	Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
44			Равновесие. Строевые упражнения.	1	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!» Перешагивание через набивные мячи. Игра «Не ошибись»	Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
45			Комбинация из освоенных элементов		Развитие гибкости. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и з положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
46			Комбинация из освоенных элементов		Развитие гибкости. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и з положения лежа,	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,

						технику их выполнения.		формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
47			Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	Подъем туловища из положения лежа. Развитие силы.	Знать правила проведения Тестирования подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, правила спортивной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного 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
48			Подведение итогов четверти	1	Игра «перестрелка», «запрещенное движение», «салки - выручалки».	Знать правила игры	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного 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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на III четверть – 30

Номер	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	п	о				ф	а	Предметные
Лыжная подготовка-24 часа								
49			Ступающий шаг	1	Т.Б. на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, требования к одежде на занятиях лыжной подготовки. Ступающий шаг	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять ступающий шаг	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить ступающий шаг	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
50			Ступающий шаг	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Ступающий шаг	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять ступающий шаг	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять ступающий шаг	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
51			Ступающий шаг	1	Строевые приемы с	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-

				лыжами и на лыжах. Ступающий шаг	выполнять ступающий шаг	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять ступающий шаг	нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	
52			Скользящий шаг	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Скользящий шаг	Уметь выполнять эстафетный бег. Применять изученные виды лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> скользящий шаг	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
53			Скользящий шаг	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Скользящий шаг	Уметь выполнять эстафетный бег. Применять изученные виды лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> скользящий шаг	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
54			Скользящий шаг	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Скользящий шаг	Уметь выполнять эстафетный бег. Применять изученные виды лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> скользящий шаг	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
55			Повороты переступанием	1	Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь проходить дистанцию с применением изученного хода. Уметь выполнять повороты переступанием.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить поворот переступанием.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
56			Повороты переступанием	1	Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь выполнять повороты переступанием	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить поворот переступанием.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
57			Одновременный двухшажный ход	1	Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1 км	Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный двухшажный ход.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

66			Прохождение дистанции 1 км.	1	Бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1 км.	
67			Лыжные гонки 1 км. Быстрый лыжник.	1	Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1 км.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
68			Круговая эстафета	1	Круговая эстафета с прохождением этапа 80 м.	Уметь проходить эстафетный этап со средней скоростью.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить круговую эстафету.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
69			Круговая эстафета	1	Бесшажный ход. Круговая эстафета до 100 метров.	Уметь проходить эстафетный этап со средней скоростью.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить круговую эстафету.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
70			Контроль прохождения дистанции 1 км.	1	Прохождения дистанции 1 км.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1 км.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
71			Прохождение дистанции 1 км.	1	Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1 км.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
72			Соревнования на дистанцию 1 км.	1	Соревнования на дистанцию 500 м – дев., 500–мал. Подведение итогов проведения урока лыжной подготовки.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 500 м.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

Подвижные игры -6 часов

73			Подвижные игры.	1	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза».	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия
----	--	--	-----------------	---	--	---	---	--

					Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		убеждать). <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру	другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
74			Подвижные игры.	1	ОРУ. Игра «класс, смирно!». Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге.	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
75			Подвижные игры.	1	ОРУ. Эстафеты. Игра «Попади в цель(щит)» . Развитие скоростно-силовых способностей.	Знать варианты бросков и ловли, правила подвижной игры.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
76			Подвижные игры.	1	ОРУ. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> знать правила подвижных игр.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
77			Подвижные игры.	1	ОРУ в движении. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> знать правила подвижных игр.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
78			Подвижные игры.	1	ОРУ в движении. Игры «Удочка», «Компас». Эстафеты. Развитие	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,

				скоростно-силовых способностей.		заданную цель. <i>Познавательные:</i> знать правила подвижных игр.	формирование установки на безопасный образ жизни
--	--	--	--	---------------------------------	--	--	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Общее количество учебных часов на IV четверть - 21

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	по	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Легкая атлетика-6 часов								
79			Прыжок в высоту.	1	Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
80			Прыжок в высоту.	1	Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
81			Метание мяча.	1	ОРУ с мячом. Метание малого мяча в цель(2*2) с 3-4 метров. Игра «Попади в мяч».	Знать технику выполнения метания мяча. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать мяч.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
82			Метание мяча.	1	ОРУ с мячом. Метание малого мяча в цель(2*2) с 3-4 метров. Игра «Попади в мяч».	Знать технику выполнения метания мяча. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать мяч, знать правила игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

83			Метание мяча.	1	ОРУ. Метание набивного мяча из различных положений. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Знать технику выполнения метания мяча. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать мяч, знать правила игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
84			Метание мяча.	1	ОРУ. Метание набивного мяча из различных положений. Подвижная игра «Совушка». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Знать технику выполнения метания мяча. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать мяч, знать правила игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

Подвижные игры на основе баскетбола игры-10 часов

85			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Школа мяча»	1	Т.Б. при занятии спортивными играми. Стойка и передвижения игрока. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте.	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
86			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передал садись»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передал садись»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
87			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Эстафеты.	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Эстафеты.	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
88			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Эстафеты.	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

			месте. Эстафеты.					
89			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Броски в цель»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Броски в цель»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
90			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передача мяча в колоннах»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передача мяча в колоннах»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
91			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передал садись»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передал садись»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
92			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Мяч среднему»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Мяч среднему»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
93			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте.	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте.	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
94			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Мяч среднему»		Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Мяч среднему»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	
Легкая атлетика-5 часов								
95			Ходьба и бег.	1	Сочетание различных видов	Уметь пробегать с максимальной скоростью	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,

				ходьбы и бега. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег 30 м. Эстафеты.	30 м.	слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
96			Ходьба и бег.	1 Сочетание различных видов ходьбы и бега. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег 30 м. Эстафеты.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 30 м.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
97			Ходьба и бег.	1 Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег 60 м. Эстафеты. Подвижная игра «День и ночь». Развитие скоростных способностей.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60 м.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
98			Прыжки.	1 Прыжок в длину с места, с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. Подвижная игра «прыжок за прыжком»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры.	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> выполнять контрольный прыжок в длину с разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
99			Прыжки.	1 Прыжок в длину с места. Эстафетный бег до 20 метров этап. Подвижная игра «Парашютисты».	Знать, как выполнять прыжок в длину с места. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с места, играть в подвижную игру.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
2 класс
Общее количество часов на учебный год - 102
Общее количество учебных часов на I четверть - 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	по плану	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Легкая атлетика-12часов								
1			Ходьба и бег	1	Инструктаж по охране труда при занятии легкой атлетикой. Ходьба по разметке. Ходьба с ускорением 30 м.	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и в беге.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> правильно выполнять основные движения в ходьбе и в беге.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
2			Ходьба и бег. Бег 30 м.	1	Основная стойка. Ходьба в колонне по одному. Прыжок в длину с места. Бег 30 м. Медленный бег 2 мин.	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
3			Челночный бег 3х10м.	1	Челночный бег 3х10м. Спортивная игра «лапта».	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 х 10 м, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3х10 м, играть в разные варианты подвижной игры «Колдунчик»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
4			Высокий старт. Бег на 30 метров тестирование	1	Строевые упражнения пройденные на предыдущих уроках. Бег на 30 м.. Медленный бег до 3 мин.	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

5			Метание малого мяча в горизонтальную цель с расстояния 4-5 м.	1	Метание малого мяча в горизонтальную цель с расстояния 4-5 м.	Знать правила проведения метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Прыгающие воробушки»	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование метание малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Прыгающие воробушки»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
6			Метание малого мяча в горизонтальную цель с расстояния 4-5 м.	1	Метание малого мяча. Прыжок в длину с места. Эстафеты. Медленный бег до 3 мин.	Знать правила проведения метания малого мяча на точность	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование метание малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибаль»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
7			Метание малого мяча в горизонтальную цель с расстояния 4-5 м.	1	Метание малого мяча. Игра «гонка мячей». Бег в медленном темпе до 3 мин.	Знать правила проведения метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «гонка мячей»	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование метание малого мяча на точность</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
8			Контрольный урок метание малого мяча	1	Метание малого мяча. Игра «два мороза».	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, как выполнять метание мешочка с разбега, правила подвижной игры «Два мороза»	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мяча на дальность, м</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
9			Равномерный бег в чередовании с ходьбой до 3 мин.	1	Равномерный бег в чередовании с ходьбой до 3 мин. Подвижная игра «Заяц без логова»	Уметь бегать в равномерном темпе (до 3 мин); чередовать ходьбу с бегом (бег-50м, ходьба- 100м)	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять чередование бега с ходьбой », играть в подвижную игру «Заяц без логова»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
10			Равномерный бег (4 мин). Чередование бега и ходьбы.	1	Наклон туловища в перед из положения сидя. Преодоление малых препятствий. Бег 4 мин.	Уметь бегать в равномерном темпе (до 4 мин); чередовать ходьбу с бегом (бег-50м, ходьба- 100м)	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять чередование бега с ходьбой</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
11			Равномерный		Подвижная игра «Заяц без	Уметь бегать в равномерном темпе (до 5 мин); чередовать	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание

			бег (5 мин). Чередование бега и ходьбы.		логова»	ходьбу с бегом (бег-60м, ходьба- 90м)	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять чередование бега с ходьбой », играть в подвижную игру «Заяц без логова»	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
12			Тестирование бег на 1000 м	1	Оздоровительная ходьба до 1 км. ОРУ без предметов. Спортивная игра футбол.	Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные игры на основе баскетбола – 12 часов								
13			Игры «К своим флажкам» «Два мороза»	1	Правила ТБ на уроках подвижных игр. Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения.	Уметь выполнять ведение мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять ходьбу с изменением направления.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
14			Игры «Невод», «Красное знамя», Эстафеты.	1	Повороты направо налево переступанием. Подвижная игра «красное знамя»	Уметь выполнять ведение мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
15			Ведение баскетбольного мяча на месте.	1	Ведение баскетбольного мяча на месте. Челночный бег 3х10м. Подвижная игра «красное знамя»	Уметь выполнять ведение мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
16			Передачи мяча на месте. Игры «Попади в мяч»	1	Повороты направо налево переступанием. Передача мяча снизу двумя руками. Игра «Попади в мяч»	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

17			Передачи мяча на месте. Игра «Мяч соседу»	1	Повороты направо налево переступанием. Метание малого мяча в вертикальную цель. Передача мяча снизу двумя руками. Игра «Мяч соседу»	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
18			Передачи мяча на месте. Игра «Передача мяча в колоннах»	1	Передача мяча снизу двумя руками. Игра «Передача мяча в колоннах»	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
19			Контроль техники передачи мяча	1	Комплекс простейших упражнений. Передачи мяча с места.	Знать правила проведения упражнения. Уметь выполнять передачи мяча	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
20			Ведение мяча шагом. Игра «Гонка мячей по кругу»	1	Строевые команды. Ведение мяча шагом. Игра «Гонка мячей по кругу» Преодоление полосы препятствий.	Уметь выполнять ведение мяча шагом. Знать правила игры «Гонка мячей по кругу»	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
21			Ведение мяча шагом. «Гонка мячей по кругу»	1	Строевые команды. Ведение мяча шагом. Преодоление полосы препятствий.	Уметь выполнять ведение мяча шагом. Преодолевать полосу препятствия.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

22			Контроль ведение мяча шагом. «Гонка мячей по кругу»		Ведение мяча шагом. «Гонка мячей по кругу»	Знать правила проведения упражнения. Уметь выполнять ведение мяча	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
23			Преодоление полосы из 5 препятствий.		Комплекс упражнений с набивными мячами. Преодоление полосы из 5 препятствий. Игра «перестрелка».	Знать правила преодоления полосы препятствия.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
24			Подтягивание из виса стоя (м) и из виса лежа (д) Игра «Мяч в корзину»	1	Подтягивание из виса стоя (м) и из виса лежа (д). Комплекс упражнений с набивными мячами. «Мяч в корзину»	Уметь выполнять подтягивание на перекладине	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на II четверть – 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	По плану	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Гимнастика – 24 часа								
25			Кувырок вперед в группировке. Кувырок в сторону.	1	Т.Б на уроках гимнастики. Строевая подготовка. Кувырок вперед и в сторону. Игра «Фигуры»	Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с, правила подвижной игры.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру «Фигуры».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
26			Кувырок назад.	1	Комплекс ОРУ с гимнастическими обручами. Кувырок назад.	Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

					«Удочка»	<i>Познавательные:</i> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
27			Стойка на лопатках согнув ноги.	1	Стойка на лопатках согнув ноги.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на лопатках.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на на лопатках	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,
28			Стойка на лопатках согнув ноги.	1	Стойка на лопатках согнув ноги.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на лопатках	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на на лопатках	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
29			Мост» из положения, лежа на спине	1	Перестроение из одной шеренги в две. Мост» из положения, лежа на спине. Эстафета с гимнастическим обручем.	Знать, как выполнять «мост» из положения лежа на спине.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять «мост « из положения лежа.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
30			Прыжки на скакалке	1	ОРУ с обручем. Упражнения на осанку. Прыжки на скакалке. Подвижная игра «Горячая линия»	Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
31			Лазание по гимнастической стенке	1	Перестроение из одной шеренги в две. Лазание по гимнастической стенке.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения лазания по гимнастической стенке, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
32			Лазание по гимнастической	1	Перестроение из одной шеренги в две. Лазание	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения лазания по гимнастической стенке, правила подвижной	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

			стенке		по гимнастической стенке. Игра-эстафета с набивными мячами.	игры	самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
33			Контроль стойка на лопатках прогнувшись	1	Стойка на лопатках прогнувшись. Развитие гибкости.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на руках и голове,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
34			Лазание по наклонной скамье	1	Перестроение из одной шеренги в две. Комплекс с гимнастической палкой. Лазание по наклонной скамейке.	Знать технику лазанья по наклонной скамье, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по скамье, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
35			Лазание по наклонной скамье	1	Перестроение из одной шеренги в две. Комплекс с гимнастической палкой. Лазание по наклонной скамейке.	Знать технику лазанья по наклонной скамье, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по скамье, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
36			Захват каната ногами сидя на скамье.	1	Захват каната ногами в висе на канате. Игра с включением акробатических упражнений.	Знать технику лазанья по канату	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
37			Захват каната ногами. Игра «Слушай сигнал»	1	ОРУ на гимнастических скамейках. Захват каната ногами в висе на канате. Игра с включением акробатических упражнений.	Знать технику лазанья по канату	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
38			Захват каната ногами. Игра «Слушай сигнал»	1	Перестроение из одной шеренги в две. ОРУ на гимнастических скамейках. Лазание по	Знать технику лазанья по канату	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,

				канату.		деятельности. <i>Познавательные</i> : залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
39		Комбинация из освоенных элементов	1	Развитие гибкости. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и 3 положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные</i> : самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные</i> : выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
40		Вис стоя и лежа.	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Висы Перестроение из одной шеренги в две. Игра-эстафета с прыжками через небольшие препятствия.	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять,	<i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные</i> : самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные</i> : выполнять различные варианты висов	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
41		Вис стоя и лежа.	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Висы Перестроение из одной шеренги в две. Игра-эстафета с прыжками через небольшие препятствия.	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять,	<i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные</i> : самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные</i> : выполнять различные варианты висов	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
42		Комбинация из освоенных элементов	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Акробатические соединения. Развитие силовых способностей.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и 3 положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные</i> : самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные</i> : выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
43		Комбинация из освоенных элементов	1	ОРУ с мячом. Упражнения на осанку. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и 3 положения лежа,	<i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные</i> : самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные</i> : выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,

				из положения лежа.	технику их выполнения.		формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
44		Комбинация из освоенных элементов	1	Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и з положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
45		Игры-эстафеты с различными предметами.	1	Игры-эстафеты с различными предметами. Наклоны вперед из положения сидя.	Знать правила прохождения эстафет и выполнения упражнения наклона вперед	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять эстафеты с различными предметами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
46		Игры-эстафеты с различными предметами.	1	Игры-эстафеты с различными предметами. Наклоны вперед из положения сидя.	Знать правила прохождения эстафет и выполнения упражнения наклона вперед	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять эстафеты с различными предметами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
47		Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	Подъем туловища из положения лежа. Развитие силы.	Знать правила проведения Тестирования подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, правила спортивной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
48		Подведение итогов четверти	1	Игра «перестрелка», «запрещенное движение», «салки - выручалки».	Знать правила игры	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на III четверть – 30

Номер	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	п	о				ф	а	Предметные
Лыжная подготовка-24 часа								
49			Ступающий шаг	1	Т.Б. на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, требования к одежде на занятиях лыжной подготовки. Ступающий шаг	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять ступающий шаг	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить ступающий шаг	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
50			Ступающий шаг	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Ступающий шаг	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять ступающий шаг	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять ступающий шаг	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
51			Ступающий шаг	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Ступающий шаг	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять ступающий шаг	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять ступающий шаг	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
52			Скользющий шаг	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Скользящий шаг	Уметь выполнять эстафетный бег. Применять изученные виды лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> скользящий шаг	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

53			Скользящий шаг	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Скользящий шаг	Уметь выполнять эстафетный бег. Применять изученные виды лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> скользящий шаг	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
54			Скользящий шаг	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Скользящий шаг	Уметь выполнять эстафетный бег. Применять изученные виды лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> скользящий шаг	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
55			Повороты переступанием	1	Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь проходить дистанцию с применением изученного хода. Уметь выполнять повороты переступанием.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить поворот переступанием.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
56			Повороты переступанием	1	Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь выполнять повороты переступанием	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить поворот переступанием.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
57			Одновременный двухшажный ход	1	Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1 км	Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный двухшажный ход.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
58			Одновременный двухшажный ход	1	Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1 км	Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный двухшажный ход.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
59			Одновременный двухшажный ход	1	Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1 км	Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

				КМ		одновременный двухшажный ход.	
60			Одновременный двухшажный ход	1 Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1 км	Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный двухшажный ход.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
61			Попеременный двухшажный ход.	1 Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1 км. С разной скоростью.	Уметь передвигаться на лыжах.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить попеременный двухшажный ход	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
62			Попеременный двухшажный ход	1 Попеременный двухшажный ход	Уметь передвигаться на лыжах.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить попеременный двухшажный ход	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
63			Одновременный двухшажный ход	1 Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный двухшажный ход.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
64			Одновременный двухшажный ход	1 Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный двухшажный ход.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
65			Прохождение дистанции 1 км.	1 Прохождение дистанции 1 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1 км.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
66			Прохождение дистанции 1 км.	1 Бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1 км.	
67			Лыжные гонки 1 км. Быстрый лыжник.	1 Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1 км.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

68			Круговая эстафета	1	Круговая эстафета с прохождением этапа 80 м.	Уметь проходить эстафетный этап со средней скоростью.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить круговую эстафету.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
69			Круговая эстафета	1	Бесшажный ход. Круговая эстафета до 100 метров.	Уметь проходить эстафетный этап со средней скоростью.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить круговую эстафету.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
70			Контроль прохождения дистанции 1 км.	1	Прохождения дистанции 1 км.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1 км.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
71			Прохождение дистанции 1 км.	1	Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1 км.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
72			Соревнования на дистанцию 1 км.	1	Соревнования на дистанцию 500 м – дев., 500–мал. Подведение итогов проведения урока лыжной подготовки.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 500 м.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
Подвижные игры на основе баскетбола-6 часов								
73			Ловля и передача мяча. Игра «Попади в обруч»	1	Терминология баскетбола. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге.	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

74			Ловля и передача мяча. Игра «Попади в обруч»	1	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге.	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать).</p> <p><i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
75			Ловля и передача мяча. Игра «Попади в цель(щит)»	1	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Игра «Попади в цель(щит)»	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать).</p> <p><i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
76			Передача мяча в движении. Ведение мяча по прямой шагом, бегом	1	Ведение мяча с изменением скорости.	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	<p><i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм»</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
77			Передача мяча в движении. Ведение мяча по прямой шагом, бегом	1	Ведение мяча с изменением скорости.	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	<p><i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
78			Контрольный урок Ведение мяча.	1	Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Развитие координационных качеств.	Знать, как выполнять ведение мяча, правила проведения эстафет с ведением мяча	<p><i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> вести мяч с изменением направления и скорости, правила проведения эстафет с ведением мяча</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на IV четверть - 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	по	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Легкая атлетика-6 часов								
79			Прыжок в высоту с прямого разбега	1	Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов способом перешагивания.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
80				1	Прыжок в высоту с 5 -7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
81				1	ОРУ с мячом. Прыжок в высоту с 5 -7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
82				1	Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

83				1	Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы» с кеглями	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
84			Контроль прыжок в высоту с прямого разбега	1	Прыжки через скакалку. Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

Подвижные игры на основе баскетбола игры-10 часов

85			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Школа мяча»	1	Т.Б. при занятии спортивными играми. Стойка и передвижения игрока. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте.	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
86			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передал садись»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передал садись»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
87			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Эстафеты.	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Эстафеты.	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
88			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Эстафеты.	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

			месте. Эстафеты.					
89			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Броски в цель»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Броски в цель»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
90			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передача мяча в колоннах»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передача мяча в колоннах»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
91			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передал садись»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Передал садись»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
92			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Мяч среднему»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Мяч среднему»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
93			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте.	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте.	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
94			Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Мяч среднему»		Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте. Игра «Мяч среднему»	Уметь выполнять передачу мяча и прием мяча. Ведение мяча.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения ведение и передачу мяча.	

Легкая атлетика-8 часов

95			Бег 30 метров	1	Ходьба по разметке.	Уметь пробегать с максимальной скоростью	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,
----	--	--	---------------	---	---------------------	--	--	--

			с ускорением.		Челночный бег.	30 м.	слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
96			Преодоление препятствий. Бег 30 м.	1	Преодоление препятствий. Бег 30 м. Бег в медленном темпе до 3 минут.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 30 м.	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
97			Метание малого мяча на дальность	1	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 6 минут. Метание малого мяча на дальность.	Знать правила проведения метания мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать мяч на дальность с разбега,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
98			Метание малого мяча на дальность	1	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 3 минут. Метание малого мяча на дальность.	Знать правила проведения метания мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать мяч на дальность с разбега,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
99			Техника прыжка в длину с разбега	1	Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Эстафетный бег до 20 метров этап.	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
100			Техника прыжка в длину с разбега	1	Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
101			Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега		Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> выполнять контрольный прыжок в длину с разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

102			Бросок набивного мяча.	1	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 5 минут. Бросок набивного мяча на дальность.	Уметь бросать набивной мяч из – за головы	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><i>Познавательные :</i> выполнить бросок набивного мяча</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
-----	--	--	------------------------	---	---	---	--	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
3 класс
Общее количество часов на учебный год - 102
Общее количество учебных часов на I четверть - 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	по плану	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Легкая атлетика-12часов								
1			Высокий старт	1	Инструктаж по охране труда при занятии легкой атлетикой. Высокий старт. Бег 30 м. Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
2			Высокий старт	1	Основная стойка. Ходьба в колонне по одному. Прыжок в длину с места. Бег 30 м. Медленный бег 2 мин.	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
3			Челночный бег 3х10м.	1	Челночный бег 3х10м. Спортивная игра «лапта».	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 х 10 м, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3х10 м, играть в разные варианты подвижной игры «Колдунчик»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
4			Высокий старт. Бег на 60 метров тестирование	1	Строевые упражнения пройденные на предыдущих уроках. Бег на 60 м.. Медленный бег до 3 мин.	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
5			Метание малого	1	Метание малого мяча.	Знать правила проведения метания малого мяча на	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-

			мяча.		Прыжок в длину с места. Игра «запрещенное движение». Медленный бег до 3 мин.	точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метание малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»	нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
6			Метание малого мяча.	1	Метание малого мяча. Прыжок в длину с места. Игра «Вышибалы». Медленный бег до 3 мин.	Знать правила проведения метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метание малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
7			Метание малого мяча.	1	Метание малого мяча. Игра «гонка мячей». Бег в медленном темпе до 3 мин.	Знать правила проведения метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метание малого мяча на точность	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
8			Контрольный урок метание малого мяча	1	Метание малого мяча. Игра «два мороза».	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, как выполнять метание мешочка с разбега, правила подвижной игры «Два мороза»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мяча на дальность, м	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
9			Равномерный бег в чередовании с ходьбой до 5 мин.	1	Равномерный бег в чередовании с ходьбой до 5 мин. Подвижная игра «Заяц без логова»	Уметь бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом (бег-80м, ходьба- 100м)	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять чередование бега с ходьбой », играть в подвижную игру «Заяц без логова»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
10			Равномерный бег (6 мин). Чередование бега и ходьбы.	1	Наклон туловища в перед из положения сидя. Игра «два мороза» «удочка». Бег 6 мин.	Уметь бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом (бег-80м, ходьба- 100м)	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять чередование бега с ходьбой », играть в подвижную игру «Заяц без логова»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
11			Равномерный бег (7 мин). Чередование		Подвижная игра «Заяц без логова»	Уметь бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом (бег-90м, ходьба- 90м)	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков

			бега и ходьбы.				чередование бега с ходьбой », играть в подвижную игру «Заяц без логова»	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
12			Тестирование бег на 1000 м	1	Оздоровительная ходьба до 1 км. ОРУ без предметов. Спортивная игра футбол.	Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные игры на основе баскетбола – 12 часов								
13			Ведение мяча на месте. Метание малого мяча в цель с 6 м.	1	Правила ТБ при игре в баскетбол. Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения. Метание малого мяча в цель с 6 м.	Уметь выполнять ведение мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
14			Ведение баскетбольного мяча на месте. Метание малого мяча в вертикальную цель.	1	Повороты направо налево переступанием. Метание малого мяча в вертикальную цель. Ведение баскетбольного мяча на месте. Подвижная игра «красное знамя»	Уметь выполнять ведение мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
15			Ведение баскетбольного мяча на месте.	1	Ведение баскетбольного мяча на месте. Челночный бег 3х10м. Подвижная игра «красное знамя»	Уметь выполнять ведение мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
16			Передачи мяча на месте.	1	Повороты направо налево переступанием. Передача мяча снизу двумя руками. Игра «салки - выручалки».	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
17			Передачи мяча на месте.	1	Повороты направо налево переступанием. Метание	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия

				малого мяча в вертикальную цель. Передача мяча снизу двумя руками. Игра «салки-выручалки».		слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»	другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
18			Передачи мяча на месте.	1 Передача мяча снизу двумя руками. Игра «охотники и утки»	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
19			Контроль техники передачи мяча	1 Комплекс простейших упражнений. Передачи мяча с места.	Знать правила проведения упражнения. Уметь выполнять передачи мяча	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
20			Ведение мяча шагом.	1 Строевые команды. Ведение мяча шагом. Игра «воробьи и вороны». Преодоление полосы препятствий.	Уметь выполнять ведение мяча шагом. Знать правила игры «воробьи и вороны»	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
21			Ведение мяча шагом.	1 Строевые команды. Ведение мяча шагом. Преодоление полосы препятствий.	Уметь выполнять ведение мяча шагом. Преодолевать полосу препятствия.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

22			Контроль ведение мяча шагом.		Ведение мяча шагом.	Знать правила проведения упражнения. Уметь выполнять ведение мяча	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
23			Преодоление полосы из 5 препятствий.		Комплекс упражнений с набивными мячами. Преодоление полосы из 5 препятствий. Игра «перестрелка».	Знать правила преодоления полосы препятствия.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
24			Подтягивание из виса стоя (м) и из виса лежа (д)	1	Подтягивание из виса стоя (м) и из виса лежа (д). Комплекс упражнений с набивными мячами.	Уметь выполнять подтягивание на перекладине	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на II четверть – 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	По плану	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Гимнастика – 24 часа								
25			Кувырок вперед в группировке.	1	Т.Б на уроках гимнастики. Строевая подготовка. Размыкание и смыкание приставным шагом. Кувырок вперед и назад.	Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, правила подвижной	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
26			Кувырок назад.	1	Комплекс ОРУ с гимнастическими обручами. Кувырок назад.	Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры «Удочка»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,

							подвижную игру «Удочка»	формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
27			Кувырок назад.	1	Упражнения на осанку. Кувырок назад.	Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,
28			Кувырок вперед и назад в группировке.	1	Кувырок вперед и назад в группировке. Стойка на лопатках прогнувшись.	Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
29			Мост» из положения, лежа на спине	1	Перестроение из одной шеренги в две. Мост» из положения, лежа на спине. Эстафета с гимнастическим обручем.	Знать, как выполнять «мост» из положения лежа на спине.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять «мост « из положения лежа.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
30			Прыжки на скакалке	1	ОРУ с обручем. Упражнения на осанку. Прыжки на скакалке. Подвижная игра «Горячая линия»	Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
31			Стойка на лопатках прогнувшись.	1	Перестроение из одной шеренги в две. Комплекс упражнений с гимнастическими палками. Стойка на лопатках прогнувшись.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
32			Стойка на лопатках прогнувшись.	1	Перестроение из одной шеренги в две. Стойка на лопатках прогнувшись. Игра-эстафета с набивными мячами.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры эстафеты	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
33			Контроль стойка на лопатках прогнувшись	1	Стойка на лопатках прогнувшись. Развитие гибкости.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,

						научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на руках и голове,	социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
34		Лазание по наклонной скамье	1	Перестроение из одной шеренги в две. Комплекс с гимнастической палкой. Лазание по наклонной скамейке.	Знать технику лазанья по наклонной скамье, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по скамье, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
35		Лазание по наклонной скамье	1	Перестроение из одной шеренги в две. Комплекс с гимнастической палкой. Лазание по наклонной скамейке.	Знать технику лазанья по наклонной скамье, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по скамье, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
36		Лазанье по канату в два приема	1	Захват каната ногами в висе на канате. Игра с включением акробатических упражнений.	Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
37		Лазанье по канату в два приема	1	ОРУ на гимнастических скамейках. Захват каната ногами в висе на канате. Игра с включением акробатических упражнений.	Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
38		Лазанье по канату в два приема	1	Перестроение из одной шеренги в две. ОРУ на гимнастических скамейках. Лазание по канату.	Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
39		Комбинация из освоенных элементов	1	Развитие гибкости. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и з положения лежа,	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей,

					технику их выполнения.		ценностей и чувств	
40			Висы	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Висы Перестроение из одной шеренги в две. Игра-эстафета с прыжками через небольшие препятствия.	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты висов	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
41			Висы	1	Висы Перестроение из одной шеренги в две. Игра-эстафета с прыжками через небольшие препятствия.	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты висов	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
42			Комбинация из освоенных элементов	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Акробатические соединения. Развитие силовых способностей.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и 3 положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
43			Комбинация из освоенных элементов	1	ОРУ с мячом. Упражнения на осанку. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и 3 положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
44			Комбинация из освоенных элементов	1	Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и 3 положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
45			Игры-эстафеты с различными предметами.	1	Игры-эстафеты с различными предметами. Наклоны вперед из положения сидя.	Знать правила прохождения эстафет и выполнения упражнения наклона вперед	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять эстафеты с различными предметами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
46			Игры-эстафеты с различными предметами	1	Игры-эстафеты с различными предметами.	Знать правила прохождения эстафет и выполнения упражнения наклона вперед	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной

			предметами		Наклоны вперед из положения сидя.		<i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять эстафеты с различными предметами	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
47			Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	Подъем туловища из положения лежа. Развитие силы.	Знать правила проведения Тестирования подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, правила спортивной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
48			Подведение итогов четверти.	1	Игра «перестрелка», «запрещенное движение», «салки - выручалки».	Знать правила игры	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на III четверть – 30

Номер	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	п	о				ф	а	Предметные
Лыжная подготовка-24 часа								
49			Одновременный бесшажный ход	1	Т.Б. на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, требования к одежде на занятиях лыжной подготовки. Одновременный бесшажный ход.	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять бесшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный бесшажный ход.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
50			Одновременный двухшажный ход	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Одновременный двухшажный ход.	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный двухшажный ход.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
51			Одновременный двухшажный ход	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Одновременный двухшажный ход	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный двухшажный ход.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
52			Эстафетный бег	1	Безшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь выполнять эстафетный бег. Применять изученные виды лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> эстафетный бег.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

53			Попеременный двухшажный ход	1	Безшажный ход. Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1,5 км.	Знать технику попеременно двухшажного хода. Уметь проходить дистанцию с применением изученного хода.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить попеременный двухшажный ход.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
54			Попеременный двухшажный ход	1	Попеременный двухшажный ход Передвижение по дистанций 3 км.	Знать технику попеременно двухшажного хода. Уметь проходить дистанцию с применением изученного хода.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить попеременный двухшажный ход.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
55			Повороты переступанием	1	Одновременный двухшажный ход. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1 км.	Знать технику попеременно двухшажного хода. Уметь проходить дистанцию с применением изученного хода. Уметь выполнять повороты переступанием.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить поворот переступанием.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
56			Спуски и подъемы	1	Спуски и подъемы. Эстафета без палок с этапом до 120 метров.	Уметь выполнять спуск в средней и низкой стойке.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить спуск в средней стойке.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
57			Спуски и подъемы	1	Спуски и подъемы. Эстафета без палок с этапом до 120 метров.	Уметь выполнять спуск в средней и низкой стойке.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить спуск в средней стойке.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
58			Подъем «полуелочкой»	1	Техника безопасности при спусках и подъемах. Проведение комплекса Подъем « полуелочкой»	Уметь выполнять подъем «полуелочкой». Знать технику выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить подъем полуелочкой.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
59			Подъема «елочкой»	1	Подъем елочкой. Прохождение дистанции до 2 км.со сменой ходов.	Уметь выполнять подъем «елочкой». Знать технику выполнения	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить подъем полуелочкой	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
60			Торможение «плугом»	1	Одновременный двушажный ход. Попеременный двухшажный ход.	Уметь передвигаться на лыжах на спусках. Тормозить «плугом»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить торможение плугом.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

					Прохождение 2 км..			
61			Торможение «плугом»	1	Т. Б на спусках, подъемах. Подъем елочкой и спуск в средней стойке. Торможение плугом. Прохождение дистанции 2 км. С разной скоростью.	Уметь передвигаться на лыжах на спусках. Тормозить «плугом»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: выполнить торможение плугом.</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
62			Спуски в средней стойке	1	Спуск в средней стойке. Подъема елочкой. Торможение плугом.	Уметь передвигаться на лыжах на спусках, осуществлять подъем	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: выполнить спуск в средней стойке.</i>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
63			Одновременный двухшажный ход	1	Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: выполнить одновременный двухшажный ход.</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
64			Одновременный двухшажный ход	1	Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: выполнить одновременный двухшажный ход.</i>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
65			Прохождение дистанции 2 - 3 км.	1	Прохождение дистанции 3 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: проходить дистанцию 3 км.</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
66			Прохождение дистанции 2 - 3 км.	1	Бесшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: проходить дистанцию 3 км.</i>	
67			Лыжные гонки 1 - 2км. Быстрый лыжник.	1	Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции 2 - 3 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: проходить дистанцию 3 км.</i>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
68			Круговая эстафета	1	Круговая эстафета с прохождением этапа 150 м.	Уметь проходить эстафетный этап со средней скоростью.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: проходить</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

							<i>круговую эстафету.</i>	
69			Круговая эстафета	1	Бесшажный ход. Круговая эстафета до 150 метров.	Уметь проходить эстафетный этап со средней скоростью.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить круговую эстафету.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
70			Контроль прохождения дистанции 1 - 2км.	1	Прохождения дистанции 1 - 2км.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 3 км.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
71			Прохождение дистанции 2 - 3 км.	1	Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции 2 - 3 км.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 3 км.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
72			Соревнования на дистанцию 1 км.	1	Соревнования на дистанцию 1 км. – дев., 2км. – мал. Подведение итогов проведения урока лыжной подготовки.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 3 км.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

Подвижные игры на основе баскетбола-6 часов

73			Ловля и передача мяча	1	Терминология баскетбола. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге.	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
74			Ловля и передача мяча	1	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге.	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
75			Ловля и передача мяча	1	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Игра в мини-баскетбол.	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать).	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и

							<p><i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру</p>	личной ответственности за свои поступки
76			Ведение мяча по прямой шагом, бегом	1	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок мяча одной рукой в кольцо.	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	<p><i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм»</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
77			Ведение мяча по прямой шагом, бегом	1	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок мяча одной рукой в кольцо	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	<p><i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
78			Контрольный урок Ведение мяча.	1	Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Развитие координационных качеств.	Знать, как выполнять ведение мяча, правила проведения эстафет с ведением мяча	<p><i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> вести мяч с изменением направления и скорости, правила проведения эстафет с ведением мяча</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на IV четверть - 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	по	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Легкая атлетика-6 часов								
79			Прыжок в высоту с прямого разбега	1	Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов способом перешагивания.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
80				1	Прыжок в высоту с 5 -7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
81				1	ОРУ с мячом. Прыжок в высоту с 5 -7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
82				1	Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
83				1	Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания (дев. -80 см., мал. – 85 см.)	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

84			Контроль прыжков в высоту с прямого разбега	1	Прыжки через скакалку. Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания (дев. -80 см., мал. – 85 см.) Специальные беговые упражнения	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Подвижные игры на основе баскетбола игры-10 часов								
85			Вырывание и выбивание мяча.	1	Т.Б. при занятии спортивными играми. Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча.	Знать технику выполнения вырывания и выбивания мяча. правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
86			Броски мяча в баскетбольное кольцо.	1	Броски мяча в баскетбольное кольцо.	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
87			Броски мяча в баскетбольное кольцо.	1	Бросок одной рукой от плеча на месте. Прыжки на скакалке за 1 минуту.	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
88			Броски мяча через волейбольную сетку	1	Бросок одной рукой от плеча на месте. Развитие координационных качеств. Прыжки на скакалке за 1 минуту.	Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
89			Контрольный	1	Ловля мяча двумя руками	Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,

			урок Броски и ловля мяча в парах в движении		от груди на месте. Бросок двумя руками от головы с места. Игра «Охотники и утки»	игры «Охотники и утки»	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Охотники и утки»	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
90			Спортивная игра «Мини-баскетбол»	1	Бросок мяча двумя руками в кольцо. Бросок мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол.	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Мини-баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Мини- баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
91			Спортивная игра «Мини-баскетбол»	1	Бросок мяча двумя руками в кольцо. Бросок мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол.	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Мини-баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Мини- баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
92			Спортивная игра «Мини-баскетбол»	1	Бросок мяча двумя руками в кольцо. Бросок мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол.	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Мини-баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Мини- баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
93			Подвижные игры	1	«охотники и утки» «вышибалы», «красное знамя», «колдуны», «рыбак и рыбка».	Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения, как подводить итоги четверти	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
94			Подвижные игры		«охотники и утки» «вышибалы», «красное знамя», «колдуны», «рыбак и рыбка».	Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения, как подводить итоги четверти	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> уметь выбирать подвижные	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

игры и играть в них

Легкая атлетика-8 часов

95		Бег 60 метров Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега	1	Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги» с 7-9 шагов разбега. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 6 минут.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60 метров, метать малый мяч.	Бег 60 метров. Основная группа: Мальчики: «5» – 5,2; «4» – 5,5 ; «3» – 6.0. Девочки: «5» – 5,5; «4» – 6,0; «3» – 6,5 Подготовительная и специальная мед. группы: без учета времени	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
96		Метание малого мяча на точность	1	Бег в медленном темпе до 6 минут. Метание малого мяча на дальность.	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метание малого мяча на точность	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
97		Метание малого мяча на дальность	1	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 6 минут. Метание малого мяча на дальность.	Знать правила проведения метания мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать мяч на дальность с разбега,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
98		Метание малого мяча на дальность	1	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 6 минут. Метание малого мяча на дальность.	Знать правила проведения метания мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать мяч на дальность с разбега,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
99		Техника прыжка в длину с разбега	1	Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Эстафетный бег до 30 метров этап.	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
100		Техника прыжка в длину с разбега	1	Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

101			Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега		Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять контрольный прыжок в длину с разбега</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
102			Бросок набивного мяча.	1	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 15 минут. Бросок набивного мяча на дальность.	Уметь бросать набивной мяч из – за головы	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><i>Познавательные :</i> выполнить бросок набивного мяча</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
4 класс
Общее количество часов на учебный год - 102
Общее количество учебных часов на I четверть - 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	по плану	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Легкая атлетика-12часов								
1			Высокий старт. Встречная эстафета.	1	Инструктаж по охране труда при занятии легкой атлетикой. Высокий старт. Бег 30 м. Встречная эстафета. Развитие скорости.	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
2			Стартовый разгон. Бег по дистанции.	1	Основная стойка. Ходьба в колонне по одному. Прыжок в длину с места. Бег 30 м. Медленный бег 2 мин.	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
3			Челночный бег 3x10м.	1	Челночный бег 3x10м. Спортивная игра «лапта».	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x 10 м, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3x10 м,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
4			Бег на короткие дистанции. 60 м. Игра «Невод»	1	Строевые упражнения пройденные на предыдущих уроках. Бег на 60 м. Игра «Невод»	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

5			Тестирование бег 60 метров.	1	Бег на 60 м.. Медленный бег до 3 мин. Развитие скоростных способностей.	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
6			Метание малого мяча. Прыжок в длину способом «согнув ноги». Игра «Третий лишний»	1	Игра «Третий лишний» Метание малого мяча. Прыжок в длину с места. Медленный бег до 3 мин.	Знать правила проведения метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Третий лишний»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метание малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Третий лишний»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
7			Метание малого мяча. Прыжок в длину способом «согнув ноги».	1	Метание малого мяча. Игра «гонка мячей». Бег в медленном темпе до 3 мин. Прыжок в длину способом «согнув ноги».	Знать правила проведения метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метание малого мяча на точность	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками взрослыми в разных социальных ситуациях
8			Контрольный урок метание малого мяча	1	Метание малого мяча. Игра «два мороза».	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, как выполнять метание мешочка с разбега, правила подвижной игры «Два мороза»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мяча на дальность, м	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
9			Равномерный бег в чередовании с ходьбой до 5 мин.	1	Равномерный бег в чередовании с ходьбой до 5 мин. Подвижная игра «Заяц без логова»	Уметь бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом (бег-80м, ходьба- 100м)	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять чередование бега с ходьбой », играть в подвижную игру «Заяц без логова»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

10			Тестирование бег (6 мин).	1	Наклон туловища в перед из положения сидя. Игра «два мороза» «удочка». Бег 6 мин.	Уметь бегать в равномерном темпе (до 6 мин);	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять бег в течение 6 мин.», играть в подвижную игру «Заяц без логова»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
11			Равномерный бег (7 мин). Чередование бега и ходьбы.		Подвижная игра «Заяц без логова» Равномерный бег (7 мин). Чередование бега и ходьбы.	Уметь бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом (бег-90м, ходьба- 90м)	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять чередование бега с ходьбой », играть в подвижную игру «Заяц без логова»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
12			Тестирование бег на 1000 м	1	Оздоровительная ходьба до 1 км. ОРУ без предметов. Спортивная игра футбол.	Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные игры на основе баскетбола – 12 часов								
13			Ведение мяча на месте. Игра «Гонка мячей»	1	Правила ТБ при игре в баскетбол. Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения. Игра «Гонка мячей»	Уметь выполнять ведение мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
14			Ведение баскетбольного мяча на месте. Игра «Подвижная цель»	1	Повороты направо налево переступанием. Метание малого мяча в вертикальную цель. Ведение баскетбольного мяча на месте. «Подвижная цель»	Уметь выполнять ведение мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пазов, играть в подвижную игру.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
15			Ведение баскетбольного	1	Ведение баскетбольного мяча на месте. Челночный бег 3х10м. Подвижная игра	Уметь выполнять ведение мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие

			мяча на месте. Игра «Салки с мячом»		«Салки с мячом»		<i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
16			Передачи мяча на месте.	1	Повороты направо налево переступанием. Передача мяча снизу двумя руками. Игра «салки - выручалки».	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
17			Передачи мяча на месте. Метание малого мяча в вертикальную цель.	1	Повороты направо налево переступанием. Метание малого мяча в вертикальную цель. Передача мяча снизу двумя руками. Игра «салки-выручалки».	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
18			Передачи мяча на месте.Игра «Охотники и утки»	1	Передача мяча снизу двумя руками. Игра «охотники и утки»	Уметь выполнять передачи мяча на месте. Знать правила игры.	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
19			Контроль техники передачи мяча	1	Комплекс простейших упражнений. Передачи мяча с места.	Знать правила проведения упражнения. Уметь выполнять передачи мяча	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
20			Ведение мяча шагом. Игра «Мини баскетбол»	1	Строевые команды. Ведение мяча шагом. Игра «воробьи и вороны». Преодоление полосы препятствий.	Уметь выполнять ведение мяча шагом. Знать правила игры «воробьи и вороны»	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

21			Ведение мяча шагом. Игра «Мини баскетбол»	1	Строевые команды. Ведение мяча шагом. Преодоление полосы препятствий.	Уметь выполнять ведение мяча шагом. Преодолевать полосу препятствия.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, играть в спортивную игру «баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
22			Контроль ведение мяча шагом.		Ведение мяча шагом.	Знать правила проведения упражнения. Уметь выполнять ведение мяча	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
23			Преодоление полосы из 5 препятствий.		Комплекс упражнений с набивными мячами. Преодоление полосы из 5 препятствий. Игра «перестрелка».	Знать правила преодоления полосы препятствия.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
24			Подтягивание из виса стоя (м) и из виса лежа (д)	1	Подтягивание из виса стоя (м) и из виса лежа (д). Комплекс упражнений с набивными мячами. Эстафета.	Уметь выполнять подтягивание на перекладине	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на II четверть – 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	По плану	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Гимнастика – 24 часа								
25			Круговая тренировка	1	Т.Б на уроках гимнастики. Работа по станциям. Развитие силы.	Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки существуют, правила выполнения игрового упражнения на внимание	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
26			Кувырок вперед в группировке.	1	Т.Б на уроках гимнастики. Строевая подготовка. Размыкание и смыкание приставным шагом. Кувырок вперед и назад.	Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, правила подвижной	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
27			Кувырок назад.	1	Комплекс ОРУ с гимнастическими обручами. Кувырок назад.	Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры «Удочка»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного 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
28			Кувырок назад.	1	Упражнения на осанку. Кувырок назад.	Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,
29			Кувырок вперед и назад в группировке.	1	Кувырок вперед и назад в группировке. Стойка на лопатках прогнувшись.	Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного 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
30			Мост» из положения, лежа	1	Перестроение из одной шеренги в две. Мост» из	Знать, как выполнять «мост» из положения лежа на спине.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной

			на спине		положения, лежа на спине. Эстафета с гимнастическим обручем.		коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять «мост» « из положения лежа.	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
31			Мост» из положения, лежа на спине	1	Перестроение из одной шеренги в две. Мост» из положения, лежа на спине. Эстафета с гимнастическим обручем	Знать, как выполнять «мост» из положения лежа на спине	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять «мост» « из положения лежа.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
32			Прыжки на скакалке	1	ОРУ с обручем. Упражнения на осанку. Прыжки на скакалке. Подвижная игра «Горячая линия»	Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
33			Стойка на лопатках прогнувшись.	1	Перестроение из одной шеренги в две. Комплекс упражнений с гимнастическими палками. Стойка на лопатках прогнувшись.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на лопатках, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
34			Стойка на лопатках прогнувшись.	1	Перестроение из одной шеренги в две. Стойка на лопатках прогнувшись. Игра-эстафета с набивными мячами.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры эстафеты	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на лопатках, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
35			Контроль стойка на лопатках прогнувшись	1	Стойка на лопатках прогнувшись. Развитие гибкости.	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять зарядку, стойку на лопатках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
36			Лазание по наклонной скамье	1	Перестроение из одной шеренги в две. Комплекс с гимнастической палкой. Лазание по наклонной	Знать технику лазанья по наклонной скамье, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей,

				скамейке.		скамье, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	ценностей и чувств
37		Лазание по наклонной скамье	1	Перестроение из одной шеренги в две. Комплекс с гимнастической палкой. Лазание по наклонной скамейке.	Знать технику лазанья по наклонной скамье, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по скамье, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
38		Лазанье по канату в два приема	1	Захват каната ногами в висе на канате. Игра с включением акробатических упражнений.	Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
39		Лазанье по канату в два приема	1	ОРУ на гимнастических скамейках. Захват каната ногами в висе на канате. Игра с включением акробатических упражнений.	Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
40		Лазанье по канату в два приема	1	Перестроение из одной шеренги в две. ОРУ на гимнастических скамейках. Лазание по канату.	Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
41		Комбинация из освоенных элементов	1	Развитие гибкости. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и з положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
42		Висы: вис согнувшись, вис прогнувшись.	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Висы Перестроение из одной шеренги в две. Игра-	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять различные	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей,

				эстафета с прыжками через небольшие препятствия.		варианты висов	ценностей и чувств
43		Висы: вис согнувшись, вис прогнувшись.		Висы Перестроение из одной шеренги в две. Игра-эстафета с прыжками через небольшие препятствия.	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты висов	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
44		Комбинация из освоенных элементов	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Акробатические соединения. Развитие силовых способностей.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и 3 положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
45		Комбинация из освоенных элементов	1	ОРУ с мячом. Упражнения на осанку. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и 3 положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
46		Комбинация из освоенных элементов	1	Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, Выполнять комбинацию из освоенных элементов два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках., «мост и 3 положения лежа, технику их выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию из освоенных гимнастических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
47		Игры-эстафеты с различными предметами.	1	Игры-эстафеты с различными предметами. Наклоны вперед из положения сидя.	Знать правила прохождения эстафет и выполнения упражнения наклона вперед	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять эстафеты с различными предметами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
48		Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	Подъем туловища из положения лежа. Развитие силы.	Знать правила проведения Тестирования подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, правила спортивной игры	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на III четверть – 30

Номер	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	п	о				ф	а	Предметные
Лыжная подготовка-24 часа								
49			Одновременный бесшажный ход	1	Т.Б. на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, требования к одежде на занятиях лыжной подготовки. Одновременный бесшажный ход.	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять бесшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный бесшажный ход.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
50			Одновременный двухшажный ход	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Одновременный двухшажный ход.	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный двухшажный ход.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
51			Одновременный двухшажный ход	1	Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Одновременный двухшажный ход	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить одновременный двухшажный ход.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
52			Эстафетный бег	1	Безшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь выполнять эстафетный бег. Применять изученные виды лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> эстафетный бег.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

53			Попеременный двухшажный ход	1	Безшажный ход. Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1,5 км.	Знать технику попеременно двухшажного хода. Уметь проходить дистанцию с применением изученного хода.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить попеременный двухшажный ход.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
54			Попеременный двухшажный ход	1	Попеременный двухшажный ход Передвижение по дистанций 3 км.	Знать технику попеременно двухшажного хода. Уметь проходить дистанцию с применением изученного хода.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить попеременный двухшажный ход.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
55			Повороты переступанием	1	Одновременный двухшажный ход. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1 км.	Знать технику попеременно двухшажного хода. Уметь проходить дистанцию с применением изученного хода. Уметь выполнять повороты переступанием.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить поворот переступанием.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
56			Спуски и подъемы	1	Спуски и подъемы. Эстафета без палок с этапом до 120 метров.	Уметь выполнять спуск в средней и низкой стойке.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить спуск в средней стойке.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
57			Спуски и подъемы	1	Спуски и подъемы. Эстафета без палок с этапом до 120 метров.	Уметь выполнять спуск в средней и низкой стойке.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить спуск в средней стойке.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
58			Подъем «полуелочкой»	1	Техника безопасности при спусках и подъемах. Проведение комплекса Подъем «полуелочкой»	Уметь выполнять подъем «полуелочкой». Знать технику выполнения.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить подъем полуелочкой.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
59			Подъема «елочкой»	1	Подъем елочкой. Прохождение дистанции до 2 км.со сменой ходов.	Уметь выполнять подъем «елочкой». Знать технику выполнения	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить подъем полуелочкой	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
60			Торможение «плугом»	1	Одновременный двушажный ход. Попеременный двухшажный ход.	Уметь передвигаться на лыжах на спусках. Тормозить «плугом»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнить торможение плугом.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

					Прохождение 2 км..			
61			Торможение «плугом»	1	Т. Б на спусках, подъемах. Подъем елочкой и спуск в средней стойке. Торможение плугом. Прохождение дистанции 2 км. С разной скоростью.	Уметь передвигаться на лыжах на спусках. Тормозить «плугом»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: выполнить торможение плугом.</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
62			Спуски в средней стойке	1	Спуск в средней стойке. Подъема елочкой. Торможение плугом.	Уметь передвигаться на лыжах на спусках, осуществлять подъем	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: выполнить спуск в средней стойке.</i>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
63			Одновременный двухшажный ход	1	Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: выполнить одновременный двухшажный ход.</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
64			Одновременный двухшажный ход	1	Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.	Знать технику передвижения бесшажным ходом. Уметь выполнять одновременный двухшажный ход.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: выполнить одновременный двухшажный ход.</i>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
65			Прохождение дистанции 2 - 3 км.	1	Прохождение дистанции 3 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: проходить дистанцию 3 км.</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
66			Прохождение дистанции 2 - 3 км.	1	Бесшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: проходить дистанцию 3 км.</i>	
67			Лыжные гонки 1 - 2км. Быстрый лыжник.	1	Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции 2 - 3 км.	Уметь передвигаться на лыжах с применением изученных лыжных ходов	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: проходить дистанцию 3 км.</i>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
68			Круговая эстафета	1	Круговая эстафета с прохождением этапа 150 м.	Уметь проходить эстафетный этап со средней скоростью.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные: проходить круговую эстафету.</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

69			Круговая эстафета	1	Бесшажный ход. Круговая эстафета до 150 метров.	Уметь проходить эстафетный этап со средней скоростью.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить круговую эстафету.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
70			Контроль прохождения дистанции 1 - 2км.	1	Прохождения дистанции 1 - 2км.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 3 км.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
71			Прохождение дистанции 2 - 3 км.	1	Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции 2 - 3 км.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 3 км.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
72			Соревнования на дистанцию 1 км.	1	Соревнования на дистанцию 1 км. – дев., 2км. – мал. Подведение итогов проведения урока лыжной подготовки.	Уметь передвигаться на лыжах со средней скоростью и применением лыжных ходов.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 3 км.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

Подвижные игры на основе баскетбола-6 часов

73			Ловля и передача мяча	1	Терминология баскетбола. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге.	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
74			Ловля и передача мяча	1	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге.	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
75			Ловля и передача мяча	1	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Игра в мини-баскетбол.	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

							исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру	
76			Ведение мяча мяча по прямой шагом, бегом	1	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок мяча одной рукой в кольцо.	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
77			Ведение мяча мяча по прямой шагом, бегом	1	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок мяча одной рукой в кольцо	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
78			Контрольный урок Ведение мяча.	1	Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Развитие координационных качеств.	Знать, как выполнять ведение мяча, правила проведения эстафет с ведением мяча	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> вести мяч с изменением направления и скорости, правила проведения эстафет с ведением мяча	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Общее количество учебных часов на IV четверть - 24

Номер урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		
	по	фактически				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Легкая атлетика-6 часов								
79			Прыжок в высоту с прямого разбега	1	Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Прыжок в высоту с 3-5беговых шагов способом перешагивания.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
80				1	Прыжок в высоту с 5 -7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
81				1	ОРУ с мячом. Прыжок в высоту с 5 -7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
82				1	Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения.	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
83				1	Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

84			Контроль прыжков в высоту с прямого разбега	1	Прыжки через скакалку. Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания Специальные беговые упражнения	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Подвижные игры на основе баскетбола игры-10 часов								
85			Вырывание и выбивание мяча.	1	Т.Б. при занятии спортивными играми. Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча.	Знать технику выполнения вырывания и выбивания мяча. правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
86			Броски мяча в баскетбольное кольцо.	1	Броски мяча в баскетбольное кольцо.	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
87			Броски мяча в баскетбольное кольцо.	1	Бросок одной рукой от плеча на месте. Прыжки на скакалке за 1 минуту.	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
88			Броски мяча через волейбольную сетку	1	Бросок одной рукой от плеча на месте. Развитие координационных качеств. Прыжки на скакалке за 1 минуту.	Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
89			Контрольный	1	Ловля мяча двумя руками от груди на месте. Бросок	Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Охотники и утки»	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли

			урок Броски и ловля мяча в парах в движении		двумя руками от головы с места. Игра «Охотники и утки»		образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Охотники и утки»	обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
90			Спортивная игра «Мини-баскетбол»	1	Бросок мяча двумя руками в кольцо. Бросок мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол.	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Мини-баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Мини- баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
91			Спортивная игра «Мини-баскетбол»	1	Бросок мяча двумя руками в кольцо. Бросок мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол.	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Мини-баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Мини- баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
92			Спортивная игра «Мини-баскетбол»	1	Бросок мяча двумя руками в кольцо. Бросок мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол.	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Мини-баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Мини- баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
93			Подвижные игры	1	«охотники и утки» «вышибалы», «красное знамя», «колдуны», «рыбак и рыбка».	Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения, как подводить итоги четверти	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
94			Подвижные игры		«охотники и утки» «вышибалы», «красное знамя», «колдуны», «рыбак и рыбка».	Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения, как подводить итоги четверти	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

Легкая атлетика-8 часов

95			Бег 60 метров Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега	1	Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги» с 7-9 шагов разбега. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60 метров, метать малый мяч.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> выполнить бег с максимальной скоростью.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
96			Метание малого мяча на точность	1	Бег в медленном темпе до 6 минут. Метание малого мяча на дальность.	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метание малого мяча на точность	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
97			Метание малого мяча на дальность	1	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 6 минут. Метание малого мяча на дальность.	Знать правила проведения метания мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать мяч на дальность с разбега,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
98			Метание малого мяча на дальность	1	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 6 минут. Метание малого мяча на дальность.	Знать правила проведения метания мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать мяч на дальность с разбега,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
99			Техника прыжка в длину с разбега	1	Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Эстафетный бег до 30 метров этап.	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
100			Техника прыжка в длину с разбега	1	Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

101			Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега		Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять контрольный прыжок в длину с разбега</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
102			Бросок набивного мяча.	1	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 15 минут. Бросок набивного мяча на дальность.	Уметь бросать набивной мяч из – за головы	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><i>Познавательные :</i> выполнить бросок набивного мяча</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

Нормы оценки знаний, умений и компетентностей учащихся

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включёнными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учитель реализует не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определённый период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности).

Итоговая отметка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

1. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За ответ, в котором: Учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности.	За тот же ответ, если: В нём содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.	За ответ, в котором: Отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.	За непонимание и не знание материала программы.

2. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений, комбинированный метод.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За выполнение, в котором: Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением	За тоже выполнение, если: При выполнении ученик действует так же, как и в	За выполнение, в котором: Двигательное действие в основном выполнено правильно,	За выполнение, в котором: Движение или отдельные его элементы выполнены

<p>всех требований, без ошибок, легко, свободно. чётко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив.</p>	<p>предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.</p>	<p>но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.</p>	<p>неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.</p>
---	--	--	--

3. Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
<p>Учащийся умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги. 	<p>Учащийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги. 	<p>Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов.</p>	<p>Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.</p>

4. Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
<p>Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях</p>	<p>Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста.</p>	<p>Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту.</p>	<p>Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности.</p>

физической подготовленности за определённый период времени.			
---	--	--	--

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определённую трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий даёт основание учителю для выставления высокой оценки.

Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, лёгкой атлетике – путём сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти с учётом общих оценок по разделам программы.

При этом преимущественное значение имеют оценки за умение и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

N	Учебно-практическое оборудование	Кол-во
1	Бревно гимнастическое напольное	-
2	Козел гимнастический	2
3	Канат для лазанья	1
4	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	1
5	Стенка гимнастическая	10
6	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	4
7	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	-
8	Мячи: набивные весом 3 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	31
9	Палка гимнастическая	6
10	Скакалка детская	12
11	Мат гимнастический	3

12	Гимнастический подкидной мостик	2
13	Кегли	6
14	Обруч	20
15	Планка для прыжков в высоту	1
16	Стойка для прыжков в высоту	2
17	Флажки: разметочные с опорой, стартовые	10
18	Лента финишная	1
19	Рулетка измерительная	1
20	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям	1
21	Лыжи детские (с креплениями и палками)	8
22	Щит баскетбольный тренировочный	6
23	Сетка для переноски и хранения мячей	1
24	Сетка волейбольная	2
25	Аптечка	1

Учебно-методический комплект

1. Матвеев А.П. Физическая культура: программа 1-4 класс "Издательство" Просвещение", 2011
 2. Физическая культура А. П. Матвеев, Москва, Методические рекомендации, Просвещение
 2. Матвеев, А.П. Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы
 3. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / сост. Е. С. Савинов. – 2-е изд., перераб. – М. : Просвещение, 2010. – 204 с. – (Стандарты второго поколения).
 4. *Примерные* программы по учебным предметам. Начальная школа: в 2 ч. Ч. 2. – 4-е изд., перераб. – М. : Просвещение, 2011. – 231 с. – (Стандарты второго поколения)
- Интернет-ресурсы.** Официальный сайт УМК «Перспектива». – Режим доступа: http://www.prosv.ru/umk/perspektiva/info.aspx?ob_no=12371

Учебные нормативы по усвоению двигательных качеств

Мальчики (Юноши)									
Класс	Подтягивание			Прыжок в длину с места			Челночный бег 3x10м (с)		
	3	4	5	3	4	5	3	4	5
1	1	2	3	105	115	120	10,6	10,3	10,1
2	1	2	4	110	125	165	10,4	10,0	9,1
3	1	3	5	120	130	175	10,2	9,9	8,8
4	1	3	5	130	140	185	9,9	9,5	8,6
Класс	Бег 30 м (сек)			Упражнение на гибкость			6-минутный бег (м)		
	3	4	5	3	4	5	3	4	5
1	7,4	7,2	5,8	1	2	6,5	650	750	1050
2	7,1	7,0	5,4	1	3	7,5	750	800	1150
3	6,8	6,7	5,1	1	3	7,5	800	850	1200
4	6,6	6,5	5,1	2	4	8,5	850	900	1250

Девочки (Девушки)									
Класс	Подтягивание			Прыжок в длину с места			Челночный бег 3x10м (с)		
	3	4	5	3	4	5	3	4	5
1	2	5	12	90	114	118	11,7	11,2	10,5
2	3	6	14	90	125	155	11,5	10,7	9,7
3	3	7	16	110	135	160	10,8	10,3	9,3
4	4	8	18	120	140	170	10,4	10,4	9,1
Класс	Бег 30 м (сек)			Упражнение на гибкость			6-минутный бег (м)		
	3	4	5	3	4	5	3	4	5
1	7,5	7,3	6,3	2	4	10	500	600	1000
2	7,3	7,2	5,6	2	5	11,5	550	650	950
3	7,0	6,9	5,3	2	6	13	600	700	1000
4	6,6	6,5	5,2	3	7	14	650	750	1050

