

Государственное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
**гимназия № 498**  
Невского района Санкт-Петербурга

Рекомендована к использованию  
Педагогическим советом ГБОУ  
гимназии № 498

Протокол от 25.05.2018 № 6.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по физической культуре**  
**для 1 класса**

**Срок реализации программы 2018-2019 учебный годы**

**Санкт-Петербург**  
**2018**

## Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре в 1 классе составлена в соответствии с Основной образовательной программой начального общего образования гимназии №498, принятой педсоветом ГБОУ гимназии №498, протокол от 25.05.2018 №6.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников, где (в сочетании с другими формами обучения) достигается формирование физической культуры личности, которая включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах **основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами**, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась на основе государственной рабочей программы по физической культуре для учащихся 1-4 классов (под редакцией В.И. Ляха), в соответствии с требованиями освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования, с учётом особенностей образовательного учреждения, наличия материально-технического обеспечения, возможностей контингента учащихся.

*Целью* учебной программы является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой. Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета «Физическая культура», в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение определенных знаний, двигательных умений и навыков.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных *задач*:

- укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, повышение функциональных возможностей систем организма, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей, общих представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- овладение школой движений, формирование умений и навыков посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из легкой атлетики, гимнастики с элементами акробатики, лыжной подготовки;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности;

- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, показателями физического развития и физической подготовленности;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов и положительной мотивации.

В соответствии с письмом Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 23.08.2014г. № 01-16-2560/13-0-0 в общеобразовательных учреждениях организовано преподавание правил дорожного движения в 1-4 классах по программе учебного курса «Дорожная безопасность». Реализация учебной программы «Дорожная безопасность» осуществляется в рамках преподавания предмета «Физическая культура» и представлена из расчета 2 часа в год, что соотносится с решением следующей образовательной задачи: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, формирование элементарных знаний о соблюдении правил техники безопасности во время передвижения в общественном транспорте (автобусе, троллейбусе, трамвае).

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, системно-деятельностный подход, расширение межпредметных связей, интенсификация и оптимизация учебного процесса.

*Принцип демократизации* в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, что является основой федерального компонента образовательного стандарта.

*Принцип гуманизации* педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка (его личного опыта и уровня достижений результатов обучения), максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе *педагогика сотрудничества* — идеи в изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству, построении совместной развивающей деятельности детей и взрослых на взаимопонимании.

*Системно-деятельностный (компетентностный) подход* заключается в представлении результатов обучения в виде способности выполнять определенную деятельность в соответствии с заданными требованиями. Способность выражается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Главной задачей обучения является – научить учащегося пользоваться полученными знаниями и умениями для решения различных жизненных задач.

Для реализации системно-деятельностного подхода необходимо строить образовательный процесс *на основе установления межпредметных связей* (посредством раскрытия взаимосвязи изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры). Некая интеграция предметов позволит учащимся применить знания и умения в конкретных ситуациях.

*Интенсификация и оптимизация учебного процесса* состоит в повышении целенаправленности обучения, в применении активных и творческих методов и форм

обучения, в усилении мотивации занятий, в широком использовании современных образовательных технологий.

Учитель должен обеспечить каждому ученику одинаковый доступ к основам физической культуры, опираться на широкие и гибкие методы и средства обучения для развития учащихся с разным уровнем двигательных и психических способностей. На занятиях по физической культуре следует учитывать интересы и склонности детей.

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения основами физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью происходит укрепление здоровья, освоение определённых знаний и двигательных действий, развитие физических качеств, мышления, воспитание социальных качеств личности, которые обуславливают формирование универсальных способностей у обучающихся, таких как:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств личности ребенка, соблюдения гигиенических норм.

### **МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Курс «Физическая культура» изучается в 1 классе из расчёта 3 часа в неделю, 99 часов в год. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 08.10.2010г. № ИК-1494/19. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

В данной программе учебный материал на овладение компонентами программы физического воспитания учащихся (подвижные игры, гимнастика с элементами акробатики, легкоатлетические упражнения, лыжная (кроссовая) подготовка) представлен из расчета 2 часа в неделю. На третий час предложена программа «Подвижные игры» в соответствии с методическими рекомендациями «Варианты планирования уроков физической культуры в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга» (авторы – Е.В. Попова, О.В. Старолаванникова) – СПб.: СПб АППО, 2012г. Раздел «основы знаний о физической культуре» осваивается в процессе уроков. [Реализация учебной программы «Дорожная безопасность» представлена в модуле «Поездка в автобусе, троллейбусе и в трамвае» из расчета 2 часа в год применительно к форме организации занятий физической культурой «Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия».](#)

### **ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1 класса направлена

на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

**Личностные результаты** включают готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению, ценностно-смысловые установки и отражают:

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

**Метапредметные результаты** включают освоенные универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные) и отражают:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты** включают освоенный учащимися опыт деятельности в рамках изучения предмета и отражают:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- овладение умениями взаимодействовать со сверстниками при занятиях физическими упражнениями;

- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

### **КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ УЧАЩИХСЯ**

Оценка успеваемости по физической культуре производится на общих основаниях и включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний, степень владения двигательными умениями и навыками, умение осуществлять физкультурно–оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение учебных нормативов. Оценка должна стимулировать активность учащихся, интерес к занятиям физической культурой, желание улучшить собственные результаты. В этой связи при оценке успеваемости учитель в большей мере ориентируется на темпы продвижения ученика в развитии его двигательных способностей, поощряя его стремление к самосовершенствованию, к углублению знаний в области физической культуры и ведению здорового образа жизни.

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ**

Деятельность педагога осуществляется на основе личностной ориентации педагогического процесса, активизации и интенсификации деятельности учащихся, эффективности управления и организации учебного процесса, дидактического усовершенствования и реконструирования материала.

В уроках физической культуры используются следующие образовательные технологии:

1. **Здоровьесберегающие технологии** (внедрение адаптивной системы обучения с учетом индивидуальных особенностей учащихся, их состояния здоровья; применение упражнений с различной функциональной направленностью).
2. **Технологии коллективного обучения** (обеспечение общения в процессе обучения как между учителем и учениками, так и между учащимися, обучение в сотрудничестве, предполагающее организацию групп учащихся, работающих совместно над решением какой-либо задачи, в процессе которого возникает необходимость включать механизм адаптации к индивидуальным особенностям товарищей, устанавливая социальные контакты с членами коллектива).
3. **Технологии разноуровневого обучения** (обеспечение свободы в выборе средств, форм и методов обучения, создание условий для организации учебной деятельности обучающихся с учетом уровня обучаемости, необходимого времени для усвоения учебного материала, позволяющие приспособить учебный процесс к индивидуальным особенностям школьников, различному уровню сложности содержания обучения).
4. **Технология проблемного обучения** (изложение учебного материала учителем таким образом, при котором обеспечивается самостоятельный поиск учеником оптимального решения двигательной задачи, свободное воспроизведение приобретенных знаний и навыков в различных ситуациях, постановка учителем перед учениками поисковых заданий, организация коллективного обсуждения возможных решений с определением наиболее рационального способа выполнения путем практического опробования и осмысления).
5. **Компьютерные технологии** (использование ЭОР в образовательном процессе)

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

## **Требования к уровню развития физической культуры :**

В результате освоения содержания учебного предмета «физическая культура» учащиеся по окончании 1 класса должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры.

*Обучающиеся должны знать (иметь общее представление):*

- основы физической культуры как системы разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека;
- правила техники безопасности во время занятий физическими упражнениями;
- об основных видах спорта, историю развития физической культуры, историю Олимпийских игр;
- о способах и особенностях движений и передвижений человека, особенностях и содержании физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;
- о работе скелетных мышц, основы деятельности систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- характеристику основных физических качеств и общих правилах их тестирования;
- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

*Обучающиеся должны уметь:*

- составлять и выполнять комплексы корригирующих упражнений на формирование правильной осанки и оздоровительных упражнений в режиме дня, комплексы физических упражнений на развитие основных физических качеств;
- выполнять технические двигательные действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- организовывать и проводить самостоятельные занятия, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга, правильно пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и физического развития;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебных заданий;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения.

*Обучающиеся должны демонстрировать двигательные умения, навыки и способности:*

*в циклических и ациклических локомоциях:* правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках, при передвижении на лыжах; пробегать с максимальной скоростью до 30 м из положения высокого старта; бегать в ранномерном темпе до 6 мин и 1000 м без учета времени; совершать прыжки с ноги на ногу, в длину с места и с разбега; выполнять прыжок в высоту с 3-4 шагов прямого разбега; преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 2-3 препятствий; передвигаться на лыжах 1 км без учета времени;

*в метаниях на дальность и на меткость:* метать малый мяч с места на дальность, в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 3—4 м; выполнять броски набивного мяча (1 кг) на дальность разными способами;

*в гимнастических упражнениях:* выполнять строевые упражнения; осуществлять движения частями тела без предметов и с предметами; выполнять акробатические упражнения, включающие группировки и перекаты; совершать лазанье по канату произвольным способом на расстояние 4 м; выполнять прыжки через скакалку; преодолевать полосу из 5 препятствий с помощью лазанья по гимнастической скамейке и стенке, перелезания через гимнастического коня, упражнений в равновесии на гимнастической скамейке; выполнять подтягивание из виса на перекладине; выполнять наклон вперед из положения сидя;

*в подвижных играх:* играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, с элементами спортивных игр.

*Физическая подготовленность* учащихся должна соответствовать, как минимум, среднему уровню показателей развития основных физических способностей с учетом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

*Способы физкультурно-оздоровительной деятельности:* самостоятельно выполнять упражнения утренней гимнастики, закаливающие процедуры; применять физические упражнения с целью укрепления здоровья и повышения физической работоспособности; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений.

*Способы спортивной деятельности:* осуществлять соревновательную деятельность по одному из видов спорта (по упрощенным правилам).

*Правила поведения на занятиях физическими упражнениями:* соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

### **Требования к уровню образованности учащихся, осваивающих модуль «Поездка в автобусе, троллейбусе и в трамвае» учебной программы «Дорожная безопасность» в рамках предмета «физическая культура»**

*Обучающиеся должны знать:*

Требования ПДД для пешеходов.

Почему транспортные средства не могут останавливаться мгновенно.

Особенности движения транспортных средств и пешеходов на мокрой, скользкой и заснеженной дороге.

Правила поведения в маршрутном транспорте, на остановках, при посадке в транспорт и выходе из него, правила перехода дороги.

*Обучающиеся должны уметь:*

Оценивать направление движения транспортного средства, его скорость и расстояние до него.

Пользоваться городским маршрутным транспортом в сопровождении взрослого.



## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

### Знания о физической культуре

**Физическая культура.** Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. 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.

**Из истории физической культуры.** История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

**Физические упражнения.** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и координационные способности.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

### Знания о правилах дорожной безопасности

**Поездка в автобусе, троллейбусе и в трамвае.** Остановки и их обозначение. Как правильно пройти на остановку. Поведение на остановке. Правила для пассажиров при поездке и после выхода из автобуса, троллейбуса. Правила для пассажиров трамвая при посадке и при выходе для двух типов трамвайных остановок. Правила перехода дороги после выхода из автобуса, троллейбуса, трамвая.

### Способы физкультурной деятельности

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

**Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.** Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

**Самостоятельные игры и развлечения.** Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

### Физическое совершенствование

#### **Физкультурно-оздоровительная деятельность**

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

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

#### **Спортивно-оздоровительная деятельность**

**Гимнастика с основами акробатики.** Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

**Общеразвивающие упражнения:** основные положения и движения частями тела без предметов и с предметами.

**Акробатические упражнения:** группировки; перекувы.

**Упражнения в висах:** на гимнастической стенке, на перекладине, на канате.

**Упражнения в упорах, в равновесии:** на гимнастической скамейке.

**Упражнения в лазаньи и перелезании:** на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке.

**Упражнения в лазаньи:** на канате произвольным способом.

**Опорный прыжок:** перелезание через гимнастического коня.

*Гимнастические упражнения прикладного характера.* Прыжки со скакалкой. Преодоление полосы препятствий с элементами равновесия, лазанья, перелезания, переползания.

*Лёгкая атлетика. Беговые упражнения:* бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени, с ускорением, из разных исходных положений; высокий старт с последующим ускорением до 30 м; бег с изменяющимся направлением движения, челночный бег 3x10 м; бег в ранномерном темпе до 6 мин и на дистанцию 1000м.

*Прыжковые упражнения:* на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; прыгивание и запрыгивание; с ноги на ногу, в длину с места и разбега, высоту с прямого разбега;

*Броски:* большого (набивного) мяча (1кг) на дальность разными способами.

*Метание:* малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель и на дальность.

*Лыжные гонки.* Строй, перестроение с лыжами, переноска и надевание лыж. Повороты переступанием на месте. Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. Подъем на склон и спуск под уклон. Передвижение на лыжах на дистанцию 1 км.

*Подвижные игры. На материале гимнастики с основами акробатики:* игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию движений.

*На материале легкой атлетики:* игры, включающие прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию движений, выносливость и быстроту.

*На материале лыжной подготовки:* эстафеты в передвижении на лыжах, игры, включающие упражнения на выносливость и координацию движений.

*На материале элементов спортивных игр:* на овладение умениями в подбрасывании и ловле мяча, в выполнении ударов в пол и ловле мяча, в передачах мяча, бросках и ведении мяча.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

№ пп	Наименование разделов (модулей)	Часы				
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	год
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе уроков				
2	Подвижные игры	14	7	9	11	41
3	Гимнастика с элементами акробатики	6	14	4	4	28
4	Легкоатлетические упражнения	6	-	-	8	14
5	Лыжная (кроссовая) подготовка	-	-	14	-	14
6	Дорожная безопасность: поездка в автобусе, троллейбусе и в трамвае	1	-	-	1	2
	ИТОГО	27	21	27	24	99

**Литература для учителя:**

1. Васильева Н.В., Попова Е.В. Методические рекомендации по безопасности проведения уроков физической культуры / для руководителей образовательных учреждений, учителей физической культуры, педагогов-организаторов спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы – СПб.: СПб АППО, 2012.
2. Васильева Н.В., Колесникова М.Г., Попова Е.В. Урок физкультуры как урок здоровья. / Учебно-методическое пособие для руководителей образовательных учреждений, учителей физкультуры, методистов по физкультуре – СПб.: СПб АППО, 2012.
3. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников Ляха В.И. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2012.
4. Лях В.И., Зданевич А.А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классы. / Учебное издание – М.: Просвещение, 2010.
5. Попова Е.В., Старолаванникова О.В. Варианты планирования уроков физической культуры в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга / методические рекомендации – СПб.: СПб АППО, 2012.
6. Современная оценка образовательных достижений учащихся (Петербургский вектор внедрения ФГОС ООО) / Методическое пособие под общ. ред. И.В. Муштавинской – СПб: КАРО, 2015.

**Литература для учащихся:**

1. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы. / Учебник для общеобразовательных организаций – М.: Просвещение, 2014.
2. Матвеев А.П. Физическая культура. 1 класс. / Учебник для общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2012.

№	Дата	Тема	Решаемые проблемы	Вид деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты		
					Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
1		Техника безопасности на занятиях по подвижным играм с элементами гимнастики и легкой атлетики. Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега.	Учить технику безопасности на занятиях по подвижным играм с элементами гимнастики и л/а. Что такое подвижные игры.	ТБ на занятиях. Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега.	уметь строиться в колонну в движении; понимать какие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой; научиться играть в п/и	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p><b>Познавательные:</b> объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре.</p>	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
2		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега.	Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега	Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега.	Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину.

						<p>сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказывать правила проведения п//и</p>	
3		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.</p>	<p>Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками</p>	<p>Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
4		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега (бег с ускорением до 30м), с прыжками (прыжки в длину с места).</p>	<p>Знать п/и с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега. Учить бег с ускорением, с прыжками (прыжки в длину с места)</p>	<p>Подвижные игры. Бег с ускорением, с прыжками (прыжки в длину с места)</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>

						необходимую информацию.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения п/и «Прерванные пятнашки»	
5		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега ( <b>бег 30м на р-т</b> ), с прыжками (прыжки в длину с места).	Знать п/и с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега. Тестировать бег с ускорением, с прыжками (прыжки в длину с места)	Подвижные игры. Тестирование бега на 30м, с прыжками (прыжки в длину с места)	Знать, что такое дистанция и как её можно удерживать; уметь выполнять разминку на месте; понимать правила тестирования челночного бега	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказывать правила проведения тестирования и п/и «Прерванные пятнашки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
6		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега	Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега.	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.  <b>Регулятивные:</b> самостоятельно	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных

						<p>выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
7		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега (с преодолением препятствий), с прыжками (прыжки в длину с места).</p>	<p>Учить элементы ходьбы и бега (с преодолением препятствий)</p>	<p>Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега (с преодолением препятствий, с прыжками (прыжки в длину с места)</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
8		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега (с преодолением препятствий), с прыжками (прыжки в длину с места на р-т).</p>	<p>Уметь играть в п/и. Тестирование прыжка в длину с места.</p>	<p>Подвижные игры. Прыжок в длину с места на результат</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных</p>

						<p>выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
9		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.</p>	<p>Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега</p>	<p>Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега.</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
10		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений (<b>тест на гибкость / р-т</b>), ходьбы и бега (с преодолением препятствий), с прыжками (с ноги на ногу до 3 прыжков).</p>	<p>Знать правила проведения теста на гибкость. Уметь выполнять ходьбу и бег (с преодолением препятствий), с прыжками (с ноги на ногу до 3 прыжков)</p>	<p>Подвижные игры. Тест на гибкость. Игры с преодолением препятствий и прыжками.</p>	<p>Знать как проводится разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и</p>



						оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные:</b> : уметь рассказывать правила проведения тестирования на гибкость	эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
11		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ( <b>подтягивание на р-т</b> ), ходьбы и бега (с преодолением препятствий), с прыжками (с ноги на ногу до 3 прыжков).	Знать и уметь выполнять подтягивание на результат.	Подвижные игры. Подтягивание на результат.	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания из вися лежа.	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные:</b> : уметь рассказывать правила проведения тестирования по подтягиванию	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
12		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега	Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега.	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.  <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.

						необходимую информацию.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	
13		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега (челночный бег 3*5м, 3*10м), с малыми мячами ("Школа мяча").	Знать и выполнять челночный бег 3*5м, 3*10м. Учить упражнения «школы мяча»	Подвижные игры. Челночный бег. Упражнения «школы мяча»	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; понимать правила тестирования челночного бега.	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные :</b> уметь рассказывать правила проведения тестирования по подтягиванию	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
14		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега (челночный бег 3*10м на р-т), с малыми мячами ("Школа мяча").	Уметь выполнять челночный бег на результат. Выполнять упражнения «школы мяча»	Подвижные игры. Челночный бег на результат. Упражнения «школы мяча»	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; понимать правила тестирования челночного бега.	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные :</b> уметь рассказывать правила проведения	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и

						тестирования по подтягиванию	личной ответственности.
15		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с малыми мячами ("Школа мяча").	Знать правила подвижных игр. Уметь выполнять упражнения «школы мяча»	Подвижные игры. Упражнения «школы мяча»	Знать как выполнять разминку направленную на развитие координации движений. Знать упражнения «школы мяча»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказывать правила проведения тестирования по подтягиванию</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
16		Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега, с малыми мячами (метание малого мяча в цель).	Учить метать малый мяч в цель.	Подвижные игры. Метание малого мяча в цель.	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.

						показать правила п/и	
17		Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега, с малыми мячами (метание малого мяча в цель).	Учить метать малый мяч в цель.	Подвижные игры. Метание малого мяча в цель.	Знать, как проводится разминка с малыми мячами.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные: :</b> уметь рассказывать правила проведения тестирования по подтягиванию</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
18		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с малыми мячами (метание малого мяча в цель).	Учить метать малый мяч в цель.	Подвижные игры. Метание малого мяча в цель.	Знать, как проводится разминка с малыми мячами.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные: :</b> уметь рассказывать правила проведения тестирования по подтягиванию</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
19		Подвижные игры с элементами строевых	Учить метать малый мяч в цель.	Подвижные игры. Метание малого мяча в			

		упражнений, ходьбы и бега, с малыми мячами (метание малого мяча в цель).		цель.			
20		Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега, с малыми мячами ( <b>метание малого мяча в цель на р-т</b> ).	Уметь выполнять метание малого мяча в цель на результат.	Подвижные игры. Тестирование метания малого мяча в цель.	Знать, как проводится разминка с малыми мячами.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные: :</b> уметь рассказывать правила проведения тестирования по подтягиванию</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
21		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с малыми мячами.	Учить метать малый мяч в цель.	Подвижные игры. Метание малого мяча в цель.	Знать, как проводится разминка с малыми мячами.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные: :</b> уметь рассказывать правила проведения тестирования по подтягиванию</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
22		Техника безопасности на занятиях по подвижным	Учить технику безопасности на	Техника безопасности на занятиях по	Знать, как проводится	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать</p>	Развитие мотивов

		<p>играм с элементами гимнастики и спортивных игр (баскетбола). Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений (упражнения со скакалкой), ходьбы и бега, с большими мячами (ловля и передача мяча.). <b>Дорожная безопасность: поездка в автобусе, троллейбусе и в трамвае.</b></p>	<p>занятиях по подвижным играм с элементами гимнастики и спортивных игр (баскетбола). Учить правила дорожной безопасности.</p>	<p>подвижным играм с элементами гимнастики и спортивных игр. Подвижные игры. Дорожная безопасность.</p>	<p>разминка с мячами, упражнения с мячами в парах.</p>	<p>друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать)</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку</p>	<p>учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
23		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений (упражнения со скакалкой), с прыжками через скакалку, с большими мячами (ловля и передача мяча.).</p>	<p>Учить прыгать через скакалку. Учить ловле и передаче больших мячей.</p>	<p>Подвижные игры. Упражнения со скакалкой. Упражнения с большими мячами.</p>	<p>Знать, что такое скакалка и какие упражнения с ней можно выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формулирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>

						упражнения со скакалкой	
24		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками через скакалку, с большими мячами (ловля и передача мяча).	Учить прыгать через скакалку. Учить ловле и передаче больших мячей.	Подвижные игры. Упражнения со скакалкой. Упражнения с большими мячами.	Знать, как проводится разминка с мячами, упражнения с мячами в парах.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать)</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
25		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений (упражнения со скакалкой), ходьбы и бега, с большими мячами (ловля и передача мяча, ведение мяча).	Учить прыгать через скакалку. Учить ловле и передаче больших мячей.	Подвижные игры. Упражнения со скакалкой. Упражнения с большими мячами.	Знать, что такое скакалка и какие упражнения с ней можно выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку.	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель;</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формулирование установки на безопасный

						<p>адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять упражнения со скакалкой</p>	и здоровый образ жизни
26		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений (упражнения со скакалкой), с прыжками через скакалку, с большими мячами (ловля и передача мяча, ведение мяча, бросок в корзину).</p>	<p>Учить выполнять ловля и передачу мяча, ведение мяча, бросок в корзину.</p>	<p>Подвижные игры. Упражнения со скакалкой. Упражнения с большими мячами.</p>	<p>Знать, как проводится разминка с мячами, упражнения с мячами в парах</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать)</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
27		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками через скакалку, с большими мячами (ловля и передача мяча, ведение мяча, бросок в корзину).</p>	<p>Учить выполнять ловля и передачу мяча, ведение мяча, бросок в корзину.</p>	<p>Подвижные игры. Упражнения со скакалкой. Упражнения с большими мячами.</p>	<p>Знать, как проводится разминка с мячами, упражнения с мячами в парах</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать)</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и</p>



						<p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку</p>	эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
28		Техника безопасности на занятиях по гимнастике. Строевые упражнения. Танцевальные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега.	Учить технику безопасности на занятиях гимнастикой. Выполнять строевые упражнения. Учить танцевальные упражнения. ОРУ. Учить акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. П/и	Техника безопасности на занятиях по гимнастике. Строевые упражнения. Танцевальные упражнения. ОРУ. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. П/и	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о упражнениях в равновесии, упоре, лазаньи</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
29		Строевые упражнения. Танцевальные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. Подвижные игры с элементами общеразвивающих	Изучение нового материала	Знакомство с понятиями «темп» и «ритм». Разучивание разминки в кругу	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в кругу	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и

		упражнений, ходьбы и бега.				<p>выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о темпе и ритме</p>	<p>эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
30		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Совершенствовать подвижные игры	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
31		Строевые упражнения. Танцевальные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, с прыжками.	Разучивание упражнений направленной на развитие гибкости.	Танцевальная разминка направленная на развитие гибкости.	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие гибкости, упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-</p>

						<p>сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о упражнениях в равновесии, упоре, лазаньи</p>	<p>нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
32		<p>Строевые упражнения. Танцевальные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, с прыжками.</p>	<p>Уметь выполнять танцевальные упражнения. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке.</p>	<p>Разминка направленная на освоение темпа и ритма. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. П/и</p>	<p>Знать танцевальные упражнения. Выполнять акробатические упражнения</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о упражнениях в равновесии, упоре, лазаньи</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
33		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.</p>	<p>Совершенствовать подвижные игры</p>	<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>

						<b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	
34		Строевые упражнения. Танцевальные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, вися и лазаньи по гимнастической стенке, перелезании. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, с прыжками.	Уметь выполнять танцевальные упражнения. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке.	Разминка направленная на освоение темпа и ритма. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. П/и	Знать танцевальные упражнения. Выполнять акробатические упражнения	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о упражнениях в равновесии, упоре, лазаньи	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
35		Строевые упражнения. Танцевальные упражнения. Общеразвивающие упражнения. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, вися и лазаньи по гимнастической стенке, перелезании. Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, с прыжками.	Уметь выполнять танцевальные упражнения. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке.	Разминка направленная на освоение темпа и ритма. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. П/и	Знать танцевальные упражнения. Выполнять акробатические упражнения	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о упражнениях в равновесии, упоре, лазаньи	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
36		Подвижные игры с элементами строевых и	Совершенствовать	Подвижные игры с элементами строевых и	Оценивать правильность	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки	Развитие мотивов учебной деятельности и

		общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	подвижные игры	общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками	выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
37		Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Акробатические упражнения. Упражнения в висячем положении и лазаньи по гимнастической стенке, перелезании, комбинации из освоенных элементов. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега.	Уметь выполнять акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке.	Разминка направленная на освоение темпа и ритма. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. П/и	Знать танцевальные упражнения. Выполнять акробатические упражнения	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о упражнениях в равновесии, упоре, лазаньи	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
38		Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. <b>Тест на гибкость / р-т.</b> Акробатические упражнения. Упражнения в	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Акробатические	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и

		<p>висе и лазаньи по гимнастической стенке, перелезании, комбинации из освоенных элементов. Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега.</p>	<p>вперед из положения стоя. Повторят акробатические упражнения</p>	<p>упражнения. Упражнения в висе и лазаньи по гимнастической стенке, перелезании. П/и</p>	<p>наклона вперед из положения стоя.</p>	<p>рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о упражнениях в равновесии, упоре, лазаньи</p>	<p>осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
39		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.</p>	<p>Совершенствовать подвижные игры</p>	<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
40		<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Акробатические упражнения (перекат назад и вперед из положения упора присев с учетом овладения техникой). Упражнения в перелезании,</p>	<p>Разучивание переката назад и вперед из положения упора присев с учетом овладения техникой</p>	<p>Разучивание ОРУ на матах. Техники выполнения переката назад и вперед из положения упора присев. Упражнения в перелезании комбинации из освоенных элементов.</p>	<p>Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов назад и вперед из положения упора</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со</p>

		комбинации из освоенных элементов. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега.		П/и	присев	<p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные :</b> уметь выполнять разминку на матах, делать перекаты вперед и назад</p>	сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
41		Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Упражнения в виси на канате, лазанье по канату. Комбинации из освоенных элементов в лазаньи и равновесии. Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега.	Уметь выполнять акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке.	Разминка направленная на освоение темпа и ритма. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упоре, лазаньи по гимнастической скамейке. П/и	Знать танцевальные упражнения. Выполнять акробатические упражнения	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о упражнениях в равновесии, упоре, лазаньи</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
42		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Совершенствовать подвижные игры	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных

						<p>формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
43		<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения со скакалкой. <b>Подтягивание на р-т.</b> Упражнения в виси на гимнастической стенке. Комбинации из освоенных элементов в лазаньи и равновесии. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега.</p>	<p>Проведения ОРУ со скакалкой, тестирование подтягивания. Упражнения в виси на гимнастической стенке</p>	<p>Проведение разминки направленной на развитие координации движений. Тестирование подтягивания. П/и</p>	<p>Знать как проводится тестирование по подтягиванию.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о упражнениях в равновесии, упоре, лазаньи</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
44		<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения со скакалкой (<b>прыжки на р-т</b>). Упражнения в висах и упорах на гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий. Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, с прыжками.</p>	<p>Уметь выполнять прыжки со скакалкой на результат. Уметь выполнять упражнения в висах и упорах на гимнастической стенке. Преодолевать полосу препятствий. П/и</p>	<p>Проведение разминки со скакалкой. Тестирование прыжков на результат. Упражнения в висах и упорах на гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий. П/и</p>	<p>Знать что такое скакалка, и как выполнять тестирование прыжков на результат.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>



						необходимую информацию.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о тестировании на скакалке	
45		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Совершенствовать подвижные игры	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.  <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
46		Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Упражнения в вися на гимнастической стенке. Преодоление пяти препятствий. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, с прыжками.	Знать упражнения в вися на гимнастической стенке. Уметь преодолевать дистанцию из пяти препятствий. П/и	ОРУ со скакалкой. Упражнения в вися на гимнастической стенке. Преодоление полосы из 5 препятствий. П/и	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.  <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель;	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и

						искать и выделять необходимую информацию.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	личной ответственности.
47		Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Упражнения в вися на гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий. Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, с прыжками.	Уметь выполнять упражнения в вися на гимнастической стенке. Уметь преодолевать дистанцию с препятствиями. П/и	ОРУ со скакалкой. Упражнения в вися на гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий.	Знать, что такое полоса препятствий. Знать как выполнять упражнения в вися на гимнастической стенке.	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.  <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
48		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Совершенствовать подвижные игры	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.  <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель;	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и

						искать и выделять необходимую информацию.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	личной ответственности.
49		Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Разновидности ходьбы в чередовании с бегом до 150м. Общеразвивающие упражнения. Бег с ускорением до 30м. Подвижные игры. / <i>Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке, на улице. Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,3км.</i>	ТБ на занятиях по легкой атлетике. Использовать разновидности ходьбы в чередовании с бегом. ОРУ. Бег с ускорением/ ТБ на занятиях лыжной подготовки. Учить строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Учить передвижение ступающим шагом. Проходить дистанцию на лыжах 0,3 км.	ТБ на уроках Л/а. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Бег с ускорением. П/и./ ТБ на уроках лыжной подготовки. Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом. Дистанция 0,3 км.	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего шага на лыжах	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого\  <b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
50		Разновидности ходьбы в чередовании с бегом до 150м. Общеразвивающие упражнения. Бег с ускорением до 30м. Подвижные игры. / <i>Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте</i>	Развитие скоростных способностей/ Знать передвижение ступающим шагом.	Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Бег с ускорением до 30м. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом.	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего шага на лыжах	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

		<i>вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,3км.</i>		Прохождение дистанции на лыжах 0,3 км		форме. <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого\  <b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом.	
51		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Совершенствовать подвижные игры	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.  <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
52		Бег в равномерном темпе до 1 мин. Общеразвивающие упражнения с	Бег в равномерном темпе для развития выносливости. ОРУ с	Бег в равномерном темпе. ОРУ с использованием	Знать различные виды упражнений со скамейкой и на	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование

		использованием гимнастических скамеек. Бег с ускорением до 30м. Подвижные игры. / <i>Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,3км.</i>	использованием скамеек. Развитие скоростных качеств/ Знать строевые приемы с лыжами. Закрепить навык передвижения ступающим шагом. Содействовать развитию выносливости, дистанция 0,3 км	скамеек. Бег на короткие дистанции./ Строевые приемы с лыжами. Передвижение ступающим шагом. Прохождение дистанции 0,3км.	скамейке. Уметь бегать короткие отрезки/ Знать технику выполнения ступающего шага на лыжах	информацию с помощью вопросов: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме:  <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.  <b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом.	личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
53		Бег в равномерном темпе до 1 мин. Общеразвивающие упражнения с использованием гимнастических скамеек. Бег с ускорением до 30м. Подвижные игры. / <i>Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом (с учетом овладения техникой). Прохождение дистанции на лыжах 0,3 км.</i>	Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять ОРУ с использованием гимнастических скамеек. Содействовать развитию быстроты. Уметь играть в подвижные игры/ Знать строевые приемы с лыжами. Уметь передвигаться ступающим шагом (с учетом овладения техникой). Содействовать развитию	Бег в равномерном темпе. ОРУ с гимнастическими скамейками. Бег на короткие дистанции.. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом (с учетом овладения техникой) Прохождение дистанции 0,3 км.	Знать правила соревнований в беге на короткие дистанции. Уметь играть в подвижные игры/ Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего шага.	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  <b>Регулятивные:</b> уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.  <b>Познавательные:</b> уметь передвигаться на лыжах ступающим шагом, выполнять повороты переступанием на	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

			выносливости.			лыжах.	
54		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. <b>Тест на гибкость / р-т.</b>	Знать и выполнять подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. Уметь выполнять тест на гибкость	Подвижные игры. Тест на гибкость	Знать правила подвижных игр. Знать правила теста на гибкость.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> .формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей чувств.
55		Бег в равномерном темпе до 2 мин. Общеразвивающие упражнения с использованием гимнастических скамеек. Бег с ускорением до 30м. Подвижные игры, эстафеты. / <i>Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,5км.</i>	Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять упражнения с гимнастической скамейкой. Уметь пробегать короткие дистанции/ Знать строевые приемы с лыжами. Знать повороты на лыжах. Учить продвижение на лыжах скользящим шагом. Содействовать развитию выносливости, прохождением дистанции на лыжах 0,5 км.	Бег в равномерном темпе. ОРУ с гимнастическими скамейками. Бег на короткие дистанции. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Дистанция 0,5км	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения скользящего шага на лыжах.	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b></p>	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.

						уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом	
56		Бег в равномерном темпе до 2 мин. Общеразвивающие упражнения с использованием гимн. стенки. Челночный бег, эстафеты. Подвижные игры. / <i>Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,5км.</i>	Содействовать развитию выносливости. Учить ОРУ с использованием гимнастической стенки. Уметь выполнять челночный бег, эстафеты. Уметь играть/ Знать строевые приемы с лыжами. Знать передвижение скользящим шагом. Содействовать развитию выносливости.	Бег в равномерном темпе. ОРУ с использованием гимнастической стенки. Челночный бег, эстафеты. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции.	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения скользящего шага на лыжах.	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом</p>	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
57		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом. <b>Подтягивание на р-т.</b>	Знать и уметь выполнять подтягивание на результат.	Подвижные игры. Подтягивание на результат.	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений, тестирования подтягивания.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

						<p>сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> : уметь рассказывать правила проведения тестирования по подтягиванию</p>	<p>отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
58		<p>Бег в равномерном темпе до 3 мин. Общеразвивающие упражнения с использованием гимна. стенки. Челночный бег, эстафеты. Подвижные игры. / <i>Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,5км.</i></p>	<p>Содействовать развитию выносливости. Знать упражнения с использованием гимнастической стенки. Уметь бегать челночный бег, эстафеты. П/и/ Знать строевые приемы с лыжами. Уметь передвигаться скользящим шагом. Содействовать развитию выносливости.</p>	<p>Бег в равномерном темпе. ОРУ с использованием гимнастической стенки. Челночный бег, эстафеты. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции.</p>	<p>Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения скользящего шага на лыжах.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>
59		<p>Бег в равномерном темпе до 3 мин. Общеразвивающие упражнения с использованием гимна. стенки. Челночный бег, эстафеты. Подвижные игры. / <i>Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте</i></p>	<p>Содействовать развитию выносливости. Знать упражнения с использованием гимнастической стенки. Уметь бегать челночный бег, эстафеты. П/и/ Знать</p>	<p>Бег в равномерном темпе. ОРУ с использованием гимнастической стенки. Челночный бег, эстафеты. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на</p>	<p>Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения скользящего шага на лыжах.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества</p>



		<i>вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,5км.</i>	строевые приемы с лыжами. Уметь передвигаться скользящим шагом. Содействовать развитию выносливости.	месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции.		форме. <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. <b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом	со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
60		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега ( <b>челночный бег 3*10м на р-т.</b> ), с прыжками, с мячом.	Уметь выполнять челночный бег на результат.	Подвижные игры. Челночный бег на результат. Упражнения «школы мяча»	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; понимать правила тестирования челночного бега.	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказывать правила проведения тестирования по подтягиванию	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
61		Бег в равномерном темпе до 4 мин. Общеразвивающие упражнения с предметами. Челночный бег 3*10м, эстафеты. Подвижные игры.	Содействовать развитию выносливости. Учить ОРУ с предметами. Уметь выполнять	Бег в равномерном темпе. ОРУ с предметами. Челночный бег, эстафеты. П/и/	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов;	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной

		<i>/ Строевые приемы с лыжами. Передвижение скользящим шагом (с учетом овладения техникой). Прохождение дистанции на лыжах 0,8км.</i>	челночный бег, эстафеты./ Уметь выполнять строевые приемы с лыжами. Уметь передвигаться ступающим шагом (с учетом овладения техникой). Уметь проходить дистанцию 0,8 км.	Строевые приемы с лыжами. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции 0,8 км.	скользящего шага на лыжах.	представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.  <b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом	отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
62		Ходьба и бег с преодолением препятствий. Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Бег в равномерном темпе до 4 мин. Подвижные игры. / <i>Строевые приемы с лыжами. Прохождение дистанции на лыжах 0,8км. Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</i>	Уметь выполнять чередование ходьбы и бега с преодолением препятствий. Знать ОРУ со скакалкой. Содействовать развитию выносливости/ Уметь выполнять строевые приемы с лыжами. Содействовать развитию выносливости. Учить подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.	Чередование ходьбы и бега с преодолением препятствий. ОРУ со скакалкой. Бег в равномерном темпе. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Прохождение дистанции на лыжах 0,8 км. Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.	Знать технику выполнения подъемов и спусков на лыжах.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.  <b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  <b>Познавательные:</b> уметь выполнять спуск со склона и подъем на него на лыжах.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

63		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками, с мячом.	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
64		Ходьба и бег с преодолением препятствий. Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Бег в равномерном темпе до 5 мин. Подвижные игры. / <i>Строевые приемы с лыжами. Прохождение дистанции на лыжах 0,8км. Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</i>	Уметь чередовать ходьбу и бег с преодолением препятствий. Содействовать развитию выносливости/ Уметь выполнять строевые приемы с лыжами. Знать подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.	Чередование ходьбы и бега с преодолением препятствий. ОРУ со скакалкой. Бег в равномерном темпе. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Прохождение дистанции на лыжах 0,8 км. Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.	Знать технику выполнения подъемов и спусков на лыжах.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять спуск со склона и подъем на него на лыжах.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

65		<p>Ходьба и бег с преодолением препятствий. Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Бег в равномерном темпе до 5 мин. Подвижные игры. / <i>Строевые приемы с лыжами. Прохождение дистанции на лыжах 1км (без учета времени). Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</i></p>	<p>Уметь чередовать ходьбу и бег с преодолением препятствий. Содействовать развитию выносливости/ Уметь выполнять строевые приемы с лыжами. Знать подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</p>	<p>Чередование ходьбы и бега с преодолением препятствий. ОРУ со скакалкой. Бег в равномерном темпе. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Прохождение дистанции на лыжах 1 км . Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</p>	<p>Знать технику выполнения подъемов и спусков на лыжах.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять спуск со склона и подъем на него на лыжах.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>
66		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками (<b>прыжки со скакалкой на р-т.</b>) , с мячом.</p>	<p>Уметь играть в п/и. Тестирование прыжков со скакалкой.</p>	<p>Подвижные игры. Прыжки со скакалкой на результат</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; Уметь выполнять тест по прыжкам со скакалкой на результат</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать как прыгать на скакалке.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>

67		<p>Ходьба и бег с преодолением препятствий. Прыжки в длину с места. Бег в равномерном темпе до 6 мин. Общеразвивающие упражнения с мячами ("школа мяча"). Подвижные игры. / <i>Прохождение дистанции на лыжах 1км (без учета времени). Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</i></p>	<p>Уметь чередовать ходьбу и бег с преодолением препятствий. Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять прыжок в длину с места. Знать ОРУ с мячами/ Уметь выполнять строевые приемы с лыжами. Знать подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</p>	<p>Чередование ходьбы и бега с преодолением препятствий. ОРУ со скакалкой. Бег в равномерном темпе. Прыжки в длину с места. ОРУ с мячами. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Прохождение дистанции на лыжах 1 км . Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</p>	<p>Знать технику выполнения подъемов и спусков на лыжах.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять спуск со склона и подъем на него на лыжах.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>
68		<p>Ходьба и бег с преодолением препятствий. Прыжки в длину с места. Бег в равномерном темпе до 6 мин. Общеразвивающие упражнения с мячами ("школа мяча"). Подвижные игры. / <i>Прохождение дистанции на лыжах 1км (без учета времени). Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</i></p>	<p>Уметь чередовать ходьбу и бег с преодолением препятствий. Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять прыжок в длину с места. Знать ОРУ с мячами/ Уметь выполнять строевые приемы с лыжами. Знать подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</p>	<p>Чередование ходьбы и бега с преодолением препятствий. ОРУ со скакалкой. Бег в равномерном темпе. Прыжки в длину с места. ОРУ с мячами. П/и/ Строевые приемы с лыжами. Прохождение дистанции на лыжах 1 км . Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.</p>	<p>Знать технику выполнения подъемов и спусков на лыжах.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять спуск со склона и подъем на него на лыжах.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>

69		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками ( <b>прыжки в длину с места на р-т</b> ), с мячом.	Уметь играть в п\и. Тестирование прыжка в длину с места.	Подвижные игры. Прыжок в длину с места на результат	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
70		Техника безопасности на занятиях по подвижным играм с элементами спортивных (баскетбол). Бег с изменением направления движения. Упражнения с мячами (ловля и передача мяча). Подвижные игры.	Знать ТБ на занятиях по подвижным играм с элементами спортивных (баскетбола). Уметь ловить и передавать мяч.	ТБ на занятиях по подвижным играм с элементами спортивных. Бег с изменением направления движения. Упражнения с мячами. П/и.	Знать что такое броски и ловля мяча.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь ловить и передавать мяч.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и

							личной ответственности за свои поступки.
71		Бег с изменением направления движения. Упражнения с мячами (ловля и передача мяча). Подвижные игры.	Уметь бегать с изменением направления. Уметь ловить и передавать мяч.	Бег с изменением направления. Упражнения с мячами. П/и	Знать что такое броски и ловля мяча.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь ловить и передавать мяч.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
72		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками, с мячом.	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.

						информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	
73		Бег с изменением направления движения. Упражнения с мячами (ловля и передача мяча, ведение мяча). Подвижные игры.	Уметь бегать с изменением направления. Уметь ловить и передавать мяч.	Бег с изменением направления. Упражнения с мячами. П/и	Знать что такое броски и ловля мяча.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь ловить и передавать мяч.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
74		Бег с изменением направления движения. Упражнения с мячами (ловля и передача мяча, ведение мяча, бросок в кольцо). Подвижные игры.	Уметь бегать с изменением направления. Уметь ловить и передавать мяч. Учить бросок мяча в кольцо.	Бег с изменением направления. Упражнения с мячами. П/и	Знать что такое броски и ловля мяча. Знать бросок мяча в кольцо.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам



						<p>результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь ловить и передавать мяч. Бросать мяч в кольцо</p>	<p>других людей: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>
75		<p>Подвижные игры с элементами строевых общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
76		<p>Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. Общеразвивающие упражнения. Прыжки в высоту с прямого разбега. Подвижные игры.</p>	<p>Знать ТБ на занятиях по легкой атлетике. Учить прыжок в высоту с прямого разбега.</p>	<p>ТБ на занятиях по легкой атлетике. Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. ОРУ. Прыжки в высоту с прямого разбега. П/</p>	<p>Знать как выполнять прыжок в высоту с прямого разбега</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со</p>

						<p>адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> : уметь выполнять прыжок в высоту с прямого разбега.</p>	<p>сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
77		<p>Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. Общеразвивающие упражнения. Прыжки в высоту с прямого разбега. Подвижные игры.</p>	<p>Учить прыжок в высоту с прямого разбега.</p>	<p>Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. ОРУ. Прыжки в высоту с прямого разбега. П/</p>	<p>Знать как выполнять прыжок в высоту с прямого разбега</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> : уметь выполнять прыжок в высоту с прямого разбега.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
78		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.</p>	<p>Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>

						информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	
79		Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Прыжки в высоту с прямого разбега. Подвижные игры.	Учить прыжок в высоту с прямого разбега.	Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. ОРУ с использованием гимнастической скамейки.. Прыжки в высоту с прямого разбега. П/	Знать как выполнять прыжок в высоту с прямого разбега	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные :</b> уметь выполнять прыжок в высоту с прямого разбега.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
80		Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Прыжки в высоту с прямого разбега. Подвижные игры.	Учить прыжок в высоту с прямого разбега.	Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. ОРУ с использованием гимнастической скамейки.. Прыжки в высоту с прямого разбега. П/	Знать как выполнять прыжок в высоту с прямого разбега	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные :</b> уметь выполнять прыжок в высоту с прямого разбега.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.

81		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками, с мячом.	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
82		Бег в равномерном темпе до 2 мин. Общеразвивающие упражнения с использованием гимн. стенки. <b>Тест на гибкость /р-т.</b> Челночный бег 3*10 м. Метание малого мяча в цель. Подвижные игры.	Уметь выполнять тест на гибкость.	Бег в равномерном темпе. ОРУ с использованием гимнастической стенки. Тест на гибкость. Челночный бег. Метание малого мяча в цель. П/и	Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя. Знать метание малого мяча в цель.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные.</b> Уметь выполнять разминку, направленную на</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.

						развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя.	
83		Бег в равномерном темпе до 2 мин. Общеразвивающие упражнения с использованием гимна. стенки. <b>Подтягивание на р-т.</b> Челночный бег 3*10 м. Метание малого мяча в цель. Подвижные игры.	Проведение ОРУ с использованием гимнастической стенки. Тестирование подтягивания. Уметь выполнять челночный бег.	Бег в равномерном темпе. ОРУ с использованием гимнастической стенки. Подтягивание на результат. Челночный бег. Метание малого мяча в цель. П/и	Знать как проводится тестирование по подтягиванию.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать как выполнять тестирование по подтягиванию. Знать технику метания малого мяча в цель.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.
84		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с мячом.	Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками, с мячом.	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b></p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.

						уметь рассказать и показать правила п/и	
85		Бег в равномерном темпе до 2 мин. Прыжки в длину с места. <b>Челночный бег 3*10м на р-т.</b> Упражнения с мячами, метание малого мяча на дальность. Подвижные игры.	Знать тестирование по челночному бегу. Знать метание малого мяча на дальность.	Бег в равномерном темпе. Прыжок в длину с места. Тестирование челночного бега. Упражнения с мячами, метание малого мяча на дальность	Знать как сдается тестирование челночного бега 3*10М. Знать метание малого мяча на дальность.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь сдавать тестирование челночного бега 3*10м.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
86		Бег в равномерном темпе до 2 мин. Прыжки в длину с места, с ноги на ногу (до 4 прыжков). Бег с ускорением до 30м. Упражнения с мячами, <b>метание малого мяча в цель</b> (на р-т) / на дальность (с учетом овладения техникой). Подвижные игры.	Уметь выполнять тестирование на метание малого мяча в цель. Уметь метать мяч на дальность (с учетом овладения техникой)	Бег в равномерном темпе. Прыжки в длину с места, с ноги на ногу. Бег с ускорением до 30м. Тестирование метания малого мяча в цель. Метание малого мяча на дальность. П/и	Знать, как проводится тестирование метания малого мяча в цель. Знать метание малого мяча на дальность.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

						<p>контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь сдавать тестирование метания малого мяча в цель.</p>	
87		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с мячом.</p>	<p>Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
88		<p>Бег в равномерном темпе до 3 мин, с преодолением препятствий. Упражнения с использованием гимна. скамейки. Бег с ускорением до 30м. <b>Прыжки в длину с места на р-т</b>, с ноги на ногу (до 4 прыжков), в длину с разбега. Подвижные игры.</p>	<p>Знать выполнение тестирования прыжка в длину с места на результат.</p>	<p>Бег в равномерном темпе, с преодолением препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Бег с ускорением до 30м. Тестирование прыжка в длину с места. Прыжки с ноги на ногу. П/ и</p>	<p>Знать, как проводится тестирование прыжков в длину.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>

						<p>осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь сдавать тестирование прыжка в длину с места.</p>	
89		<p>Бег в равномерном темпе до 3 мин, с преодолением препятствий. Упражнения с использованием гимна. скамейки. Бег с ускорением до 30м. Прыжки с ноги на ногу (до 4 прыжков с учетом овладения техникой), в длину с разбега. Подвижные игры.</p>	<p>Уметь выполнять прыжки с ноги на ногу (до 4 прыжков с учетом овладения техникой).</p>	<p>Бег в равномерном темпе. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Бег с ускорением до 30м. Прыжки в длину с места, с ноги на ногу, в длину с разбега. П/и</p>	<p>Знать как прыгать с ноги на ногу.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь прыгать с ноги на ногу..</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>
90		<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.</p>	<p>Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>



						необходимую информацию.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и	
91		Техника безопасности на занятиях на улице. Бег в равномерном темпе до 3 мин, с преодолением препятствий. <b>Бег 30м на р-т.</b> Прыжки в длину с 8-ми шагов. Подвижные игры. <b>Дорожная безопасность: поездка в автобусе, троллейбусе и в трамвае.</b>	Знать ТБ на занятиях на улице. Уметь выполнять бег на 30м на результат. Знать правила дорожной безопасности: поездка в автобусе, троллейбусе и в трамвае.	ТБ на занятиях на улице. Бег в равномерном темпе, с преодолением препятствий. Тестирование бега 30м на результат. Прыжки в длину с 8-ми шагов.. Подвижные игры. <b>Дорожная безопасность: поездка в автобусе, троллейбусе и в трамвае.</b>	Знать, как сдается тестирование бега на 30м. Знать правила дорожной безопасности.	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.  <b>Познавательные:</b> уметь выполнять тестирование бега на 30 м. Уметь выполнять правила дорожного движения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
92		Бег в равномерном темпе до 4 мин, с преодолением препятствий. Прыжки 8-м (с учетом овладения техникой). Подвижные игры.	Уметь бегать в равномерном темпе. Уметь прыгать 8-ой прыжок.	Бег в равномерном темпе, с преодолением препятствий. Прыжки 8-м. (с учетом овладения техникой). П/и.	Знать как прыгать прыжок в 8 шагов	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  <b>Регулятивные:</b>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о

						<p>формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь прыгать 8-ой прыжок.</p>	<p>нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>
93		<p>Подвижные игры с элементами строевых общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.</p>	<p>Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p>Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками, с мячом.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать правила п/и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
94		<p>Бег в равномерном темпе до 5 мин. Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. Подвижные игры.</p>	<p>Уметь прыгать со скакалкой. Знать упражнения с мячами.</p>	<p>Бег в равномерном темпе. Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. П/и</p>	<p>Знать упражнения со скакалкой и с мячами.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>

						<p>деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять упражнения со скакалкой, и мячами.</p>	
95		<b>Бег 1000м (без учета времени).</b> Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. Подвижные игры.	Уметь бежать длительное время.	Бег 1000 м (без учета времени). Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. П/и	Знать как выполнять бег длительное время.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь бежать длительное время.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
96		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками ( <b>прыжки со скакалкой на р-т</b> ), с мячом.	Уметь играть в п.и. Тестирование прыжков со скакалкой.	Подвижные игры. Прыжки со скакалкой на результат	Оценивать правильность выполнения строевых команд; Уметь выполнять тест по прыжкам со скакалкой на результат	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и

						<p>познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать как прыгать на скакалке.</p>	личной ответственности.
97		Бег с изменением направления движения. Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. Подвижные игры.	Уметь прыгать со скакалкой. Знать упражнения с мячами.	Бег с изменением направления движения. Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. П/и	Знать упражнения со скакалкой и с мячами. Знать бег с изменением направления движения.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> Уметь бегать с изменением направления. Уметь выполнять упражнения со скакалкой, и мячами.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
98		Бег с изменением направления движения. Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. Подвижные игры.	Уметь прыгать со скакалкой. Знать упражнения с мячами.	Бег с изменением направления движения. Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. П/и	Знать упражнения со скакалкой и с мячами. Знать бег с изменением направления движения.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b></p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности

						<p>формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b></p> <p>Уметь бегать с изменением направления. Уметь выполнять упражнения со скакалкой, и мячами.</p>	за свои поступки.
99		Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Уметь играть в подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Учить подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять ОРУ с элементами ходьбы, бега, с прыжками, с мячом.	<p><b>Коммуникативные:</b></p> <p>формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b></p> <p>самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b></p> <p>уметь рассказать и показать правила п/и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.