

Рассмотрено на заседании
предметного методического
объединения
Протокол № 1 от 28.08.2019 г.

Принято на заседании
методического совета
Протокол № 1 от 29.08.2019 г.



Утверждаю
Директор МБОУ «СШ № 6»
/А.П.Сушая/
Приказ № 482 от 30.08.2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

для 4 а, б, в, г классов.

Составитель:
Караваев В.А.,
учитель высшей квалификационной категории.

г.Нижневартовск

2019 - 2020 учебный год

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого Приказом Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009 года №373 (с изменениями), на основе Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СШ №6». Данная программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, основана на программе по предметной линии учебников В.И.Ляха и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1-4 классы»

Рабочая программа по физической культуре состоит из двух частей:

1 часть: базируется на требованиях к освоению содержания образования, указанных в федеральном государственном образовательном стандарте начального образования и отражают основные направления педагогического процесса по формированию физической культуры личности в ходе теоретической, практической и физической подготовки учащихся.

2 часть: на основании приказа Минобрнауки России от 30 августа 2010г № 889 «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Программа направлена на формирование физической культуры, общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, а также на личностное развитие и формирование учебной самостоятельности школьников (умения учиться).

Общая цель обучения учебному предмету «Физическая культура» в начальной школе — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Курс учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе реализует познавательную и социокультурную цели.

1. *Познавательная цель* предполагает формирование у обучающихся представлений о физической культуре как составляющей целостной научной картины мира, ознакомление учащихся с основными положениями науки о физической культуре.

2. *Социокультурная цель* подразумевает формирование компетенции детей в области выполнения основных двигательных действий, как показателя физической культуры человека. Для достижения поставленной цели изучения физической культуры в начальной школе необходимо решение следующих задач:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.
- формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих ее культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
- совершенствование навыков в базовых двигательных действиях, их вариативного использования в игровой деятельности и самостоятельных учебных занятиях;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми двигательными действиями, с повышенной координационной сложностью;

- формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;
- расширение функциональных возможностей разных систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей;
- формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнования.
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

II. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

К концу обучения в 4 классе обучающийся научится:

- называть, описывать и раскрывать роль и значение занятий физическими упражнениями в жизни младшего школьника.
- понимать значение правильного режима дня. Правильного питания, процедур закаливания, утренней гигиенической гимнастики, физкультурных пауз в течении учебного дня, значение физической нагрузки и способы ее регуляции;
- понимать причины возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, проводить профилактику травматизма;
- выполнять упражнения для профилактики нарушения осанки, плоскостопия. Зрения;
- составлять при помощи взрослых индивидуальные комплексы упражнений для самостоятельных занятий физической культурой;
- выполнять упражнения и простейшие акробатические и гимнастические комбинации, упражнения для легкой атлетики;
- выполнять двигательные действия при передвижении на лыжах;
- участвовать в подвижных играх и организовывать их со сверстниками, оценивать результаты подвижных игр;
- измерять собственную массу и длину тела;
- оказывать доврачебную помощь при легких травмах опорно-двигательного аппарата и кожных покровов.

Для достижения планируемых результатов и реализации поставленных целей решаются следующие практические задачи:

Формирование:

- первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических координационных и кондиционных способностей;
- установки на сохранение и укрепления здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интереса к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта.

Воспитание:

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов в ходе двигательной деятельности.

Обучение:

- овладение школой движений;
- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

Личностными результатами изучения предмета «Физическая культура» являются следующие умения:

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

Средством достижения этих результатов служат совместные подвижные игры на уроках.

Метапредметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата, общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии на развитие человека, о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

III СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

Раздел 1. Знания о физической культуре (4 ч)

Организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, легкой атлетике), что такое закаливание? Игра баскетбол, правила, гимнастика и ее значение.

Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность (68ч)

Гимнастика с элементами акробатики. (18ч)

Строевые упражнения, наклон вперед из положения стоя и сидя, различные варианты висов, вис завесом одной и двумя ногами, кувырок вперед с места, кувырок назад. Стока на лопатках, упражнения на гимнастическом бревне, опорный прыжок. Проходить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, по канату, прыгать в скакалку. Крутить обруч, напрыгивать на гимнастический мостик. Разминка на месте, бегом, в движении, с мешочками, набивными мячами, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, направленные на развитие гибкости и координации движений, на матах, подтягивание, отжимание.

Легкая атлетика. (16ч)

Техника высокого старта; бег на скорость 30 и 60м; челночный бег 3*10; беговые и прыжковые упражнения; метание мешочка на дальность, малого мяча на точность; прыжок в длину с места; проходить полосу препятствий; передавать эстафетную палочку; броски набивного мяча от груди, снизу, правой и левой рукой, пробегать дистанцию 1000м.

Баскетбол (20) Подвижные игры

Техника ведения мяча правой (левой) на месте, в движении. Стойка и перемещение игрока. Ловля и передача мяча от груди. Броски мяча в кольцо от груди.

«Ловишка», «Колдунчики», «Салки с домиками», «Салки-дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее». «прерванные пятнашки», «Колдунчики», «собачки», «собачки ногами», «командные собачки». «Вышибалы», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы с ранением», «перестрелка», «Волк во рву», », «Антивышибалы». «Защита стойки», «Лапитаны», «Удочка», «командные хвостики», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Горячая линия», «Штурм», «Салки и мяч». «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Пионербол», «Марш с закрытыми глазами», «Катание колеса», «Игра в мяч с фигурами», «Будь осторожен», «Парашютисты», «Мяч в туннеле». Упражнения с мячом, ловля и броски мяча в парах, броски в баскетбольное кольцо различными способами.; ведение мяча правой и левой рукой, эстафеты с мячом.

Лыжная подготовка (16ч)

Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них; попеременный и одновременный двухшажный ход, попеременный и одновременный одношажный ход; «змейкой»; повороты переступанием и прыжком; подъем на склон «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой»; спуск со склона в основной и низкой стойке; торможение «плугом»; обгон; прохождение дистанции до 2км; играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет».

IV. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы ФГОС НОО, ФГОС ООО

№ п/п	Тема урока	Ко-л-во часов	Тип урока	Цели и задачи урока	Универсальные учебные действия				Вид контроля	Дата проведения		Дом. задание
					РЕГУЛЯТИВНЫЕ	ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ	КОММУНИКАТИВ-НЫЕ	ПРЕДМЕТНЫЕ		план	факт	
1	1ч	1	Комбинированный урок	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, разучивание разминки в движении, повторение подвижных игр «Ловишка» и «колдунчики»	Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию	Уметь рассказать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «колдунчики»	Слушать и слышать друга, уметь работать в группе	Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «колдунчики»	Фронтальный опрос			
2	Тестирование бега на 30м с высокого старта	1	Контрольный урок	Разучивание разминки в движении; провести тестирование бега на 30м с высокого старта и подвижных игр «салки с домиками» и «салки -дай руку»	адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель	проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в подвижные игры «салки с домиками» и «салки-дай руку»	Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друга	Знать правила тестирования бега на 30м с высокого старта, правила подвижных игр «салки с домиками» и «салки-дай руку»	Фиксирование результатов			
3	Челночный бег	1	комбинированный	Разучивание беговой разминки, повторение техники челночного бега и подвижной игры «флаг на башне»	Контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу	выполнять челночный бег, играть в подвижную игру «флаг на башне»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Знать технику челночного бега, правила подвижной игры «флаг на башне»	Корректировка техники движений			
4	Тестирование	1	Контрольный урок	Повторение беговой	Проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту	Проходить тестирование челночного бега 3*10м, играть в разные варианты	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать	Знать правила проведения тестирования челночного	Фиксирование			

	челночного бега 3*10			разминки, проведение тестирования челночного бега 3*10м и подвижной игры «колдунчики»	деятельности	подвижной игры «Колдунчики»	недостающую информацию с помощью вопросов	бега 3*10м, разные варианты правил подвижной игры «колдунчики»	результатов			
5	Тестирование бега на 60м с высокого старта	1	Контрольный урок	Разучивание беговой разминки с мешочками; проведение тестирования бега на 60м с высокого старта, проведение подвижные игры «бросай далеко, собирай быстрее»	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели	Проходить тестирование бега на 60м с высокого старта, играть в подвижную игру «бросай далеко, собирай быстрее»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Знать правила тестирования бега на 60м с высокого старта, правила подвижной игры «бросай далеко, собирай быстрее»	Фиксированное результаты			
6	Тестирование метания мяча в горизонтальную цель	1	Контрольный урок	Повторение беговой разминки с мешочками; проведение тестирования метания мяча в горизонтальную цель повторение Подвижной игры «колдунчики»	адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель	Проходить тестирование метания мешочка на дальность, метать мешочек на дальность с разбега, играть в подвижную игру «колдунчики»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя	Знать правила проведения тестирования метания мяча в горизонтальную цель как выполнять метание мяча в цель правила подвижной игры «колдунчики»	Фиксированное результаты			
7	Тестирование метания малого мяча на дальность	1	Контрольный урок	Разучивание разминки с малыми мячами, проведение тестирования метания малого мяча на дальность .повторение подвижной игры «вышибалы»	адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель	Проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «вышибалы»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «вышибалы»	Фиксированное результаты			
8	Бег на 1000м	1	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол»	Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	Пробежать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	Фиксированное результата			

9	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека	1	Комбинированный урок	Знакомство с гимнастикой, ее историей и значением в жизни человека, повторение подвижной игры «Парашютисты»	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию	Уметь рассказать об истории гимнастики, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме	Знать историю гимнастики, ее значение в жизни человека, правила подвижной игры «Парашютисты»	Фронтальный опрос			
10	Тестирование прыжка в длину с места	1	Контрольный	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования прыжка в длину с места. Повторение подвижной игры «волк во рву»	адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель	Проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «волк во рву»	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «волк во рву»	Фиксирование результатов			
11	Тестирование наклона вперед из положения из стоя	1	Контрольный урок	Повторение разминки с малыми мячами; проведение тестирования наклона вперед из положения стоя, повторение подвижной игры «перестрелка»	адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель	Проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «перестрелка»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;	Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «перестрелка»	Фиксирование результатов			
12	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30с	1	Контрольный	Проведение разминки, направленной на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30с, повторение подвижной игры «перестрелка»	адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель	Проходить тестирование подъема туловища за 30с, играть в подвижную игру «перестрелка»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;	Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа за 30с, понимать правила подвижной игры «перестрелка»	Фиксирование результатов			
13	Тестирование подтягиваний и отжиманий	1	Контрольный	Разучивание разминки гимнастических упражнений проведение тестирования подтягивания и отжиманий, игра «антивышибалы».	адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель	Проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в подвижную игру «антивышибалы»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения	Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила подвижной игры «антивышибалы»	Фиксирование результатов			

14	Кувырок вперед	1	Комбинированный урок	Разучить разминку на матах. Повторить технику кувырка вперед. Провести подвижную игру «Удочка»	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию	Уметь выполнять разминку на матах, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Удочка»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации	Знать технику выполнения кувырка вперед с места, играть в подвижную игру «Удочка»	Страховка, коррекция движений			
15	Кувырок вперед	1	Контрольный	Выполнить на оценку технику кувырка вперед; повторение подвижной игры « мяч в туннеле»	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Уметь выполнять кувырок вперед и играть в подвижную игру «мяч в туннеле»	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации	Знать технику выполнения кувырка вперед, правила подвижной игры «мяч в туннеле»	Фиксирование результатов			
16	Гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Разучивание разминки на гимнастических матах с мячом, совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений. Проведение игрового упражнения на внимание	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели	Выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание	Устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают	Коррекция движений, выполнение правил игры			
17	Прыжки в скакалку	1	Комбинированный урок	Разучивание разминку со скакалками. Повторение техники прыжков в скакалку, разучить технику прыжков в скакалку в движении. Проведение подвижной игры «Горячая линия»	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель	Прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе	Знать, как выполняются прыжки в скакалку и со скакалкой, правила подвижной игры «Горячая линия»	Коррекция техники движений			
18	Упражнения на гимнастическом бревне	1	комбинированный	Разучивание разминки на гимнастических скамейках; проведение упражнений на гимнастическом бревне; разучивание подвижной игры «Салки и мяч»	Контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Выполнять упражнения на гимнастическом бревне и играть в подвижную игру «Салки и мяч»	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов	Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	Корректировка техники движений			

19 Пч	Броски и ловля мяча в парах. Знакомство с игрой в баскетбол, правила баскетбола.	1	Комбинированный	Разучивание разминки с мячами, ознакомление с правилами игры в баскетбол, повторение техники бросков и ловли мяча в парах. Разучивание подвижной игры «защита стойки»	Контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	Бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру «защита стойки»	Слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать)	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах; правила подвижной игры «защита стойки»	Коррекция техники движений			
20	Броски мяча в парах на точность	1	Комбинированный	Повторение разминки с мячами, разучивание бросков мяча в парах на точность. Проведение подвижной игры «защита стойки»	Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Выполнять Броски мяча в парах на точность, играть в подвижную игру «защита стойки»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера	Знать какие варианты бросков на точность существуют; правила подвижной игры «защита стойки»	Корректировка техники исполнения, фронтальный опрос.			
21	Ловля и броски мяча в парах	1	комбинированный	Разучивание разминки с мячом в парах, проведение бросков и ловли мяча в парах на точность, разучивание подвижной игры «капитаны»	Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «капитаны»	Слушать и слышать друг друга; добывать недостающую информацию с помощью вопросов	Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность, правила подвижной игры «капитаны»	Корректировка техники исполнения			
22	Броски и ловля мяча в парах у стены	1	Комбинированный урок	Повторить разминку с мячами в парах, разучивание бросков и ловли мяча в парах у стены. Повторение подвижной игры «капитаны»	Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны»	Слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера	Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч, правила подвижной игры «Капитаны»	Корректировка техники движений			
23	Боски и ловля мяча	1	Комбинированный урок	Повторение разминки с мячами. Проведение бросков и ловли мяча и подвижной игры «Осада города»	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель	Бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Осада города»	Обеспечивать бесконфликтную совместную работу	Знать, как бросать и ловить мяч, как выполняются ведение мяча, правила подвижной игры «осада города»	Корректировка техники движений			

24	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»	1	Репродуктивный урок	Разучить разминку с мячом, повторить технику броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», разучить технику броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху». Провести подвижную игру «Вышибалы»	Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Уметь выполнять разминку с мячами в парах, бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», играть в подвижную игру «Вышибалы»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Иметь представление о технике броска мяча в кольцо способом «сверху», о технике броска мяча в кольцо способом «снизу», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Вышибалы»	Корректировка движений, выполнение правил игры			
25	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»	1	Контрольный	Разучить комплекс I выполнить на оценку технику броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», Провести подвижную игру «Охотники и утки»	Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Уметь выполнять разминку с мячами в парах, бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», играть в подвижную игру «Охотники и утки»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Иметь представление о технике броска мяча в кольцо способом «сверху», о технике броска мяча в кольцо способом «снизу», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Охотники и утки»	Фиксирование результатов			
26	Броски и ловля мяча в кольцо двумя руками от груди	1	Повторение изученного	Разучивание разминки в парах. Разучить бросок мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра « Мяч капитану»	Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Уметь выполнять разминку в парах, броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Мяч капитану»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Иметь углубленные представления о способах ловли и броска мяча в парах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Мяч капитану»	Коррекция техники движений			
27	Броски и ловля мяча в кольцо двумя руками от груди	1	Контрольный	Повторить разминку в парах. Выполнить на оценку бросок мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра « Передал садись»	Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель.	Уметь выполнять разминку в парах, с точностью выполнять броски и ловлю мяча в кольцо, играть в подвижную игру «Передал садись»	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения	Знать о способах ловли и броска мяча в кольцо двумя руками от груди, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в парах и подвижной игры «Передал садись»	Фиксирование результатов			

28	Ведение мяча	1	Урок повторения и закрепления изученного материала	Повторение разминки с мячом, различных вариантов ведения мяча и подвижной игры «Штурм»	Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм»	Обеспечивать бесконфликтную совместную работу	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм».	Коррекция техники движений			
29	Упражнения с мячом	1	Комбинированный урок	Разучить разминку с мячом и упражнения с мячами в парах.	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату	Выполнять упражнения с мячами в парах	Устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера	Знать различные варианты упражнений в парах	Коррекция техники движений			
30	Бросок набивного мяча способами «от груди», «снизу» и из-за головы	1	Комбинированный урок	Разучить разминку с набивным мячом; повторение техники броска набивного мяча «от груди», «снизу» и из-за головы.и способом «снизу»; провести подвижную игру «Точно в цель»	Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Бросать набивной мяч способами «от груди», «снизу» и «из-за головы», играть в подвижную игру «Точно в цель»	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друга	Знать технику выполнения броска набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы» правило подвижной игры «Точно в цель»	Коррекция техники движений			
31	Броски набивного мяча правой и левой рукой	1	Контрольный урок	Повторение разминки с набивным мячом, техники броска набивного мяча правой и левой рукой, провести подвижную игру «Точно в цель»	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель	Бросать набивной мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; устанавливать рабочие отношения	Знать технику выполнения броска набивного мяча и правой и левой рукой, подвижной игры «Точно в цель»	Коррекция техники движений			
32	Спортивная игра «Баскетбол»	1	Комбинированный урок	Разучить разминку с мячом в движении; совершенствовани е техники бросков мяча в баскетбольное кольцо, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель	Бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Выполнение правил игр			

33 Шч	Упражнения с мячом	1	Комбинированный урок	Повторить разминку с мячом и упражнения с мячами в парах.	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату	Выполнять упражнения с мячами в парах	Устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера	Знать различные варианты упражнений в парах	Коррекция техники движений			
34	Баскетбольные упражнения	1	Комбинированный урок	Разучить разминку с мячом; провести баскетбольных упражнений, повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель	Выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, и играть в спортивную игру «Баскетбол»	Устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе	Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коррекция техники движений			
35	Круговая тренировка	1	Комбинированный урок	Провести круговую тренировку и игровые упражнения на внимание	Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	Уметь проходить станции круговой тренировки и выполнять игровое упражнение на внимание	Представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; устанавливать рабочие отношения	Знать, какие станции круговой тренировки существуют, правила игрового упражнения на внимание	Страховка, коррекция движений			
36	Подвижные игры	1	Репродуктивный	Проведение разминки с мячом, проведение 2-3 игры по желанию учеников	Владеть средствами саморегуляции рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.	Выбирать подвижные игры и играть в них.	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, организовывать и осуществлять совместную деятельность.	Знать как выбирать подвижные игры и играть в них.	Выполнение правил игр			
37	Инструктаж по ТБ. Построение с лыжами в руках в одну шеренгу. Передвижение ступающим шагом в	1	Проверка коррекции знаний и умений	Как правильно выполнять движения на лыжах? Учить правильно, выполнять ступающий шаг. Укладка лыж на снег, надевание креплений.	Формирование умения выполнять задание в соответствии с поставленной целью.	: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений	технически правильно выполнять - соблюдать правила безопасности.	Фронтальный опрос			

	медленном темпе до 1км.											
38	Ступающий шаг и скользящий шаг на лыжах без палок. Закаливание	1	Комбинированный урок	Повторение организационно-методических требований, применяемых на уроках лыжной подготовки, проверка спортивной формы и инвентаря, виды закаливания повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок	Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию	Уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, передвигаться на лыжах без лыжных палок ступающим и скользящим шагом	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме	Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, Знать что такое закаливание, как можно закаляться? технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок	Фронтальный опрос, коррекция техники движений			
39	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	1	Комбинированный урок	Повторение техники передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, а также поворотов переступанием	Сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату	Передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без них, выполнять повороты переступанием на лыжах	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;	Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, о технике выполнения поворотов переступанием на лыжах.	Коррекция техники движений			
40	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	1	Комбинированный урок	Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, повторение поворотов на лыжах прыжком	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель	Поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом	Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друга	Знать технику выполнения попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, а также поворотов на лыжах прыжком	Коррекция техники и движений			

41	Попеременный одношажный ход на лыжах	1	Комбинированный урок	Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, разучивание попеременного одношажного хода на лыжах, повторение правил обгона на лыжне	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Сохранять заданную цель.	Передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе	Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне	Корректировка техники, правильности и дыхания			
42	Одновременный одношажный ход на лыжах	1	Комбинированный урок	Повторение ранее изученных лыжных ходов, разучивание одновременного одношажного хода, повторение техники обгона на лыжне	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Сохранять заданную цель.	Передвигаться на лыжах различными ходами, обгонять на лыжной трассе	Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга	Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне	Корректировка техники движений,			
43	Подъем «елочкой», «полуелочкой» и спуск в основной стойке на лыжах	1	Комбинированный урок	Повторение ранее изученных лыжных ходов, подъема на склон «елочкой», «полуелочкой» и спуска в основной стойке на лыжах	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель	Передвигаться на лыжах, подниматься на склон «елочкой», «полуелочкой» и спускаться со склона в основной стойке	Слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Знать как передвигаться на лыжах, подниматься на склон «елочкой», «полуелочкой» и спускаться со склона в основной стойке	Корректировка техники движений,			
44	Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах	1	Комбинированный урок	Повторение лыжных ходов, подъема на склон «лесенкой», «елочкой», «полуелочкой» и спуска в основной стойке, торможение «плугом»	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели	Кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «елочкой», «полуелочкой» и спуска в основной стойке, тормозить «плугом»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя	Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «елочкой», «полуелочкой», технику спуска в основной стойке, торможения «плугом»	Корректировка техники движений			
45	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	1	Комбинированный урок	Повторение лыжных ходов, различных вариантов подъема на склон, торможения «плугом», проведение	Видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	Передвигаться на лыжах, спускаться со склона и подниматься на склон, тормозить «плугом», спускаться со склона «змейкой»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;	Знать технику выполнения лыжных ходов, подъема на склон и спуска со склона, торможения «плугом», спуска со склона «змейкой»	Корректировка техники движений			

				передвижения и спуска со склона на лыжах «змейкой»								
46	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	1	Комбинированный урок	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения и спуска на лыжах «змейкой», проведение подвижной игры на лыжах «Накаты»	Контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель	Передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	Корректировка техники движений			
47	Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	1	Комбинированный урок	Повторение техники спуска в низкой стойке, подвижной игры на лыжах «Накаты», разучивание подвижной игры на лыжах «Подними предмет»	Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции;	Спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	Корректировка техники движений			
48	Прохождение дистанции 2 км на лыжах	1	Комбинированный урок	Проведение прохождения дистанции 2 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке и свободного катания	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель	Проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой стойке	Устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в основной стойке	Корректировка техники движений, правильность дыхания			
49	Прохождение дистанции 2 км на лыжах	1	Комбинированный урок	Проведение прохождения дистанции 2 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке и свободного катания	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель	Проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой стойке	Устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в основной стойке	Корректировка техники движений, правильность дыхания			
50	Прохождение дистанции 2 км на лыжах	1	Комбинированный урок	Проведение прохождения дистанции 2 км на лыжах, кататься со	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель	Проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой стойке	Устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в основной стойке	Корректировка техники движений, правильность дыхания			

				склона в низкой стойке и свободного катания								
51	Прохождение дистанции 2 км на лыжах	1	Комбинированный урок	Проведение прохождения дистанции 2 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке и свободного катания	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель	Проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой стойке	Устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в основной стойке	Корректировка техники движений, правильность и дыхания			
52	Контрольный урок по лыжной подготовке	1	Контрольный урок	Повторение ранее изученных лыжных ходов, техника передвижения на лыжах «змейкой», подъема на склон «лесенкой», спуска в низкой стойке, спуска с упражнением «Подними предмет», торможения «плугом»	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого	Передвигаться на лыжах, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет»	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет»	Фиксирование результата			
53	Кувырок вперед	1	Комбинированный урок	Разучить разминку на матах. Повторить технику кувырка вперед. Провести подвижную игру «Удочка»	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию	Уметь выполнять разминку на матах, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Удочка»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации	Знать технику выполнения кувырка вперед с места, играть в подвижную игру «Удочка»	Страховка, коррекция движений			
54	Кувырок вперед	1	Комбинированный урок	совершенствование техники кувырка вперед; повторение подвижной игры « мяч в туннеле»	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Уметь выполнять кувырок назад и вперед и играть в подвижную игру «мяч в туннеле»	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации	Знать технику выполнения кувырка вперед, правила подвижной игры «мяч в туннеле»	Страховка, коррекция движений			

55	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека	1	Комбинированный урок	Знакомство с гимнастикой, ее историей и значением в жизни человека, повторение подвижной игры «Парашютисты»	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию	Уметь рассказать об истории гимнастики, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме	Знать историю гимнастики, ее значение в жизни человека, правила подвижной игры «Парашютисты»	Фронтальный опрос			
56	Гимнастические упражнения	1	Комбинированный урок	Разучивание разминки на гимнастических матах с мячом, совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений. Проведение игрового упражнения на внимание	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели	Выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание	Устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают	Коррекция движений, выполнение правил игры			
57	Висы	1	Комбинированный урок	Повторение разминки на матах с мячом, выполнение различных вариантов висов, Проведение подвижной игры «Ловля обезьян»	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели	Выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру «Ловля обезьян»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, правила подвижной игры «Ловля обезьян»	Страховка. Коррекция движений			
58	Прыжки в скакалку	1	Комбинированный урок	Разучивание разминку со скакалками. Повторение техники прыжков в скакалку, разучить технику прыжков в скакалку в движении. Проведение подвижной игры «Горячая линия»	Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель	Прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе	Знать, как выполняются прыжки в скакалку и со скакалкой, правила подвижной игры «Горячая линия»	Коррекция техники движений			
59	Упражнения на гимнастическом бревне	1	Комбинированный	Разучивание разминки на гимнастических матах; проведение упражнений на гимнастическом бревне; разучивание подвижной игры	Контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Выполнять упражнения на гимнастическом бревне и играть в подвижную игру «Салки и мяч»	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов	Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	Корректировка техники движений			

				«Салки и мяч»								
60	Упражнения на гимнастическом бревне	1	Контрольный	Разучивание разминки на развитие координации движений .проведение упражнений на гимнастическом бревне; разучивание подвижной игры «Третий лишний»	Контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.	Выполнять упражнения на гимнастическом бревне и играть в подвижную игру «Третий лишний»	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов	Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Третий лишний»	Фиксирован ие результатов			
61	Беговые упражнения	1	Комбинированный урок	Разучить разминку в движении, проведение беговых упражнений и подвижной игры «командные хвостики»;	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию	Выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «командные хвостики»	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «командные хвостики»	Корректиро вка техники движений			
62	Тестирование прыжка в длину с места	1	Контрольный урок	Повторить разминку, направленную на подготовку к прыжкам в длину; тестирования по прыжкам в длину с места и спортивной игры «Гандбол»	Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель	Проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	Фиксирован ие результата			
63	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	Контрольный урок	Повторение разминки в движении, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, разучивание подвижной игры «ножной мяч»;	Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель	Проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «ножной мяч»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга	Знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «ножной мяч»	Фиксирован ие результата			
64	Тестирование	1	Контрольный урок	Разучить беговой разминку, проведение	Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять	Проходить тестирование челночного бега 3*10 м и играть в подвижную игру	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3*10 м с высокого	Фиксирован ие результата			

	челночного бега 3*10 м			тестирование челночного бега 3*10 м и подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	заданную цель	«Бросай далеко, собирай быстрее»	задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга и учителя	старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»				
65	Тестирование бега на 60м с высокого старта	1	Контрольный урок	Разучивание беговой разминки с мешочками; проведение тестирования бега на 60м с высокого старта, проведение подвижные игры «бросай далеко, собирай быстрее»	Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели	Проходить тестирование бега на 60м с высокого старта, играть в подвижную игру «бросай далеко, собирай быстрее»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Знать правила тестирования бега на 60м с высокого старта, правила подвижной игры «бросай далеко, собирай быстрее»	Фиксирование результатов			
66	Тестирование метания мяча в горизонтальную цель.	1	Контрольный урок	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мяча в горизонтальную цель и подвижные игры «Флаг на башне»	Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель	Проходить тестирование метания мяча в горизонтальную цель, играть в подвижную игру «Флаг на башне»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга и учителя	Знать правила проведения тестирования мяча в горизонтальную цель, правила подвижной игры «Флаг на башне»	Фиксирование результата			
67	Тестирование малого мяча на дальность	1	Контрольный урок	Разучивание разминки с малыми мячами, проведение тестирования метания малого мяча на дальность .повторение подвижной игры «вышибалы»	адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель	Проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «вышибалы»	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «вышибалы»	Фиксирование результатов			
68	Бег на 1000м	1	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, игры на выбор.	Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	Пробегать дистанцию 1000 м, играть игры на выбор.	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м, уметь проводить игры самостоятельно.	Фиксирование результата			

