

муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 60 Красноармейского района Волгограда»

Утверждено
на педагогическом совете.
Протокол № 1 от 30.08 2016г.
Принято
на заседании МО.
Протокол № 1 от 29.08 2016г.
Руководитель МО
И. В. Майкина

Введено в действие.
Приказ № 1602 от 01.09 2016г.
Директор МОУ СШ №60
Т. В. Бондаренко
гласовано
зам. директора по УВР
С. С. Самарина
«30» 08 2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА « Физическая культура »

базовый уровень - **66** часов
для обучающихся **1 «А»** класса
на **2016– 2017** учебный год

Составила: учитель физической культуры
Носачева Марина Николаевна

Волгоград 2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Развернутое календарно – тематическое планирование разработано в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемыми результатами начального общего образования, на основе авторской программы «Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы / А. П. Матвеев. – 5-е изд. – М. : Просвещение, 2011.

УМК

1. *Матвеев, А. П.* Физическая культура. 1 класс : учеб. для общеобразоват. учреждений / А. П. Матвеев. – М. : Просвещение, 2016.

Всего на изучение физической культуры в 1 классе отводится – 66 часов (2 часа в неделю, 33 учебные недели).
Промежуточная и итоговая аттестация по литературному чтению осуществляется согласно Уставу ОУ и Положению об аттестации обучающихся начальной школы.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Цели и задачи курса

Целью обучения физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

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

Структура курса

В предлагаемой программе учебные разделы выделены в соответствии с содержанием учебного материала: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности», «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «**Знания о физической культуре**» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «**Способы двигательной деятельности**» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, исполнении и контроле.

Содержание раздела «**Физическое совершенствование**» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из базовых видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представлены в соответствующих тематических разделах: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжная подготовка». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта. Допускается для бесснежных районов РФ заменять тему «Лыжная подготовка» на углубленное освоение содержания тем «Гимнастика» и «Подвижные игры».

В разделе «Общеразвивающие упражнения» предлагаются упражнения, которые распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств.

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.

Способы физической 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 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.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания; передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

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

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение.

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

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

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

На материале спортивных игр: футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Общеразвивающие упражнения (на материале гимнастики с основами акробатики: развитие гибкости, координации, силовых способностей, формирование осанки; на материале легкой атлетики: развитие координации, быстроты, выносливости, силовых способностей; на материале лыжной подготовки: развитие координации, выносливости)⁶ (см. Примечание).

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций), которые выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры).

Универсальными компетенциями учащихся являются:

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

Личностные результаты:

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

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- умение оценить красоту телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми;

- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение индивидуальных показателей физического развития, развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Дополнительная литература:

1. *Примерная* основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / сост. Е. С. Савинов. – 2-е изд., перераб. – М. : Просвещение, 2010. – 204 с. – (Стандарты второго поколения).

2. Интернет-ресурсы.

Официальный сайт УМК «Перспектива». – Режим доступа: http://www.prosv.ru/umk/perspektiva/info.aspx?ob_no=12371

3. Технические средства обучения.

1. Магнитофон

5. Учебно-практическое оборудование.

1. Стенка гимнастическая (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
2. Скамейка гимнастическая жесткая (2 м; 4 м) (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
3. Комплект навесного оборудования (мишени для метания) (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
4. Мячи: мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи футбольные (на каждого ученика).
5. Палка гимнастическая (на каждого ученика).

6. Скакалка детская (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
7. Мат гимнастический (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
8. Кегли (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
9. Обруч пластиковый детский (демонстрационный экземпляр).
10. Флажки: разметочные с опорой, стартовые (демонстрационный экземпляр).
11. Лента финишная (демонстрационный экземпляр).
12. Рулетка измерительная (на каждого ученика).
13. Набор инструментов для подготовки прыжковых ям.
14. Сетка для переноса и хранения мячей (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
15. Аптечка (демонстрационный экземпляр).

6. Игры и игрушки.

1. Футбол (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
2. Стол для игры в настольный теннис (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
3. Сетка и ракетки для игры в настольный теннис (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
4. Шахматы (с доской) (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
5. Шашки (с доской) (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).
6. Контейнер с комплектом игрового инвентаря (1 комплект для групповой работы на 5–6 человек).

+ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 класс

Наименование раздела	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания/ элементы дополнительного содержания	Домашнее задание и подробности на уроке	Предметные результаты	Метапредметные: познавательные, коммуникативные, регулятивные	Личностные результаты
	1	2							
			Организационно-методические требования на уроках физической культуры	1	Значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и подготовленности для дальнейшей трудовой деятельности, военной практики; правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения	Без домашнего задания	Научатся: ориентироваться в понятии «физическая культура»; характеризовать роль и значение уроков физической культуры, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма; раскрывать на примерах (из истории или личного опыта) положительное влияние занятий	П.осваивают правила здорового и безопасного образа жизни. Коммуникативная: умеют взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, испытывают чувство гордости за достижения в мировом и отечественном спорте;	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, мобилизации своих личностных и физических ресурсов

					занятий; организующие строевые команды и приемы		физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; выполнять организующие строевые команды и приемы; доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

						людьми;			
			Перекаты и группировка	1	Разминка с мешочками; перекаты вправо-влево, группировка, подвижная игра «Передача мяча в тоннеле»	Без домашнего задания	<p>Научатся: держать группировку; выполнять упражнения на матах (перекаты вправо-влево), разминку с мешочками; играть в подвижную игру «Передача мяча в тоннеле»; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе); соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить</p>	Умеют использовать двигательный опыт в организации отдыха и досуга.	<p>Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, мобилизации своих личностных и физических ресурсов. Коммуникативная: умеют взаимодействовать друг с другом, соблюдая правила безопасности</p>

							<p>подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации). Получат возможность научиться: выполнять эстетически красиво акробатические комбинации (перекаты вправо-влево, группировку); вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с мешочками; сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение</p>		
			Техника бега на 30 м с высокого старта на время	1	Беговая разминка, техника высокого старта, тестирование (бег на 30 м	Без домашнего задания	<p>Научатся: выполнять беговую разминку, бег с высокого старта;</p>	<p>Коммуникативная: умеют поддерживать друг друга в игре. правильную осанку, оптимальное</p>	<p>Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению</p>

					с высокого старта), подвижная игра «Салки с домом»		играть в подвижную игру «Салки с домом»; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе); соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе и в помещении.	телосложение; выполнять тестовые нормативы по физической подготовке; вести тетрадь по физической культуре с записями результатов наблюдений за динамикой основных пока-зателей физического развития и физической подготовленности	трудностей, к мобилизации своих личностных и физических ресурсов.
		Челночный бег 3 × 10 м на время	1	Строевые команды; беговая разминка; техника высокого старта; тестирование	Без домашнего задания	Научатся: выполнять усложненный вариант беговой разминки,	умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникати	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению	

					(челночный бег 3 × 10 м); подвижная игра «Гуси-лебеди»		движения под чтение специальных стихотворений; играть в подвижную игру «Гуси-лебеди»; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; выполнять организующие строевые команды и приемы.	вая: умеют поддерживать друг друга в игре	трудностей, к мобилизации своих личностных и физических ресурсов.
			Перекаты и группировка	1	Разминка с мешочками; перекаты вправо-влево, группировка	Без домашнего задания	Научатся: держать группировку, выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево, разминку с	Коммуникативная: умеют поддерживать друг друга в игре, в выполнении упражнений.	

							мешочками; играть в подвижную игру «Передача мяча в тоннеле»; соблюдать правила	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга.	
			Физическая культура как система разнообразных форм занятий физической подготовки и укрепления здоровья человека	1	Положительное влияние занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, необходимость проведения простейших закаляющих процедур, понятие «физическая подготовка», организация и проведение подвижных игр, игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности, организующие строевые команды	Без домашнего задания	Научатся: ориентироваться в понятиях «общая» и «специальная физическая подготовка»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе); соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во	Здоровьесберегающая: знают: правила личной гигиены; умеют: использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей.

					и приемы		время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации); соблюдать правила взаимодействия с игроками; выполнять организующие		
			Техника метания мяча (мешочка) на дальность	1	Возникновение физической культуры в Древнем мире, разминка в движении, техника выполнения метания предмета на дальность, подвижная игра «Жмурки»	Без домашнего задания	Знают, как возникла физическая культура в Древнем мире. Научатся выполнять разминку в движении, метание мешочка (мяча) на дальность, упражнения на равновесие; играть в подвижную игру «Жмурки»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Получают возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки в движении. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей

							<p>правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели; активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.</p>		
			Усложненные перекаты	1	Строевые команды (повороты «направо» и «налево»), разминка с мешочками в движении, перекаты, усложненный	Без домашнего задания	<p>Научатся: выполнять усложненный вариант перекатов, упражнения на матах с мешочками, на внимание, для</p>	<p>Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт для тренировки мышц живота, умеют расслабляться, восстанавливаясь после урока. Коммуникативная:</p>	<p>Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для</p>

				<p>вариант выполнения перекатов, упражнения для мышц живота, подвижная игра «Передача мяча в тоннеле», упражнения на внимание</p>		<p>мышц живота; организующие строевые команды и приемы (повороты «направо» и «налево»); организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели; активно</p>	<p>владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми)</p>	<p>индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с мешочками в движении. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей.</p>
--	--	--	--	---	--	---	--	--

							включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.		
			Знакомство с различными темпами и ритмами выполнения упражнения. Ритм и темп	1	Темп и ритм выполнения упражнения, разминка с различным ритмом и темпом выполнения, тестирование в метании мешочка (мяча) на дальность, подвижная игра «Гуси-лебеди»	Без домашнего задания	Научатся: понимать отличия разных способов передвижения; ориентироваться в понятиях «темп» и «ритм»; метать мешочек (мяч) на дальность; играть в подвижную игру «Гуси-лебеди»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Здоровьесберегающая: умеют с помощью подбора ритма и темпа оптимизировать выполнение упражнений; используют двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми)	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с различным ритмом и темпом выполнения, с записью результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и

									физической подготовленности; выполнять тестовые нормативы по физической подготовке
			Режим дня и личная гигиена человека	1	Разминка с игровым упражнением «Запрещенное движение», подвижная игра «Два Мороза», упражнения на внимание	Без домашнего задания	Научатся: ориентироваться в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «Два Мороза»; ходить с закрытыми глазами в колонне; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во	Здоровьесберегающая: <i>знают</i> правила личной гигиены; <i>умеют</i> : использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками и взрослыми), приемами действий в ситуациях общения	Получат возможность научиться: характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической

							время занятий физическими упражнениями.		культуре с записями режима дня, с записью разминки с игровым упражнением «Запрещенное движение»; сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение
			Усложненные перекаты	1	Строевые команды (повороты «направо» и «налево»), разминка с мешочками в движении, перекаты, усложненный вариант выполнения перекатов, упражнения для мышц живота, подвижная игра «Передача мяча в тоннеле», упражнения на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять усложненный вариант перекатов, упражнения на матах с мешочками, на внимание, для мышц живота; выполнять организующие строевые команды и приемы (повороты «направо» и «налево»); организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт для, тренировки мышц живота; умеют расслабляться, восстанавливаясь после урока.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей. Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь по физической культуре с записями разминки с мешочками в

							<p>играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели; активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.</p>		<p>движении для индивидуальных занятий</p>
			Прыжки и их разновидности	1	Строевые упражнения, разминка с игрой на внимание «Запрещенное	Без домашнего задания	<p>Научатся: подбирать наиболее удобный для себя ритм и темп бега;</p>	<p>Здоровьесберегающая: умеют использовать наиболее удобный темп и ритм для</p>	<p>Получат возможность научиться: сохранять правильную</p>

					<p>движение», разновидности прыжков, подвижная игра «Два Мороза»</p>		<p>выполнять различные виды прыжков, упражнения на расслабление рук, строевые упражнения; играть в подвижную игру «Два Мороза»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели; активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать</p>	<p>выполнения наименее энергозатратного бега; выполнять упражнения для расслабления рук. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками и взрослыми</p>	<p>осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с игрой на внимание «Запрещенное движение»</p>
--	--	--	--	--	--	--	--	---	---

							ь со сверстниками в достижении общих целей.		
			Русские народные подвижные игры	1	Разминка с упражнением на внимание, русская народная подвижная игра «Горелки», временно отрезки	Без домашнего задания	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> выполнять разминку с упражнением на внимание; играть в русскую народную подвижную игру «Горелки»; запоминать десятисекундный временной отрезок; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать собственную 	Познавательная, коммуникативная,	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с упражнением на внимание

							деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели; активно включаться в коллективную деятельность, взаи-		
			Кувырок вперед	1	Разминка с массажными мячами, кувырок вперед, круговая тренировка	Без домашнего задания	Научатся: выполнять упражнения с массажными мячами, кувырок вперед; проходить круговую тренировку; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми	индивидуальная работа, Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с массажными мячами

							взаимодействия с игроками.		
			Броски малого мяча в горизонтальную цель	1	Разминка с малыми мячами, тестирование (бросок мяча в горизонтальную цель), подвижная игра «Охотник и зайцы», выполнение упражнений на слух	Без домашнего задания	Научатся: выполнять броски мяча в горизонтальную цель, разминку с малыми мячами; играть в подвижную игру «Охотник и зайцы»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать собственную деятельность,	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей. Коммуникативная: умеют оказывать помощь друг другу, не отвлекая от технического выполнения броска мяча	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с малыми мячами; с записью показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности

							выбирать и использовать средства для достижения её цели; активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.		
			Комплекс ОРУ, направленный на развитие координации движений. Тестирование в вися на время	1	Упражнения на внимание, разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование в вися на время, подвижная игра «Совушка», выполнение упражнения на слух	Без домашнего задания	Научатся: выполнять упражнения на внимание и на координацию движений, на слух; играть в подвижную игру «Совушка»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей. Коммуникативная: владеют способами взаимопомощи и взаимоподдержки	Получают возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с малыми мячами; с записью показателей своего здоровья,

							упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.		физического развития и физической подготовленности
			Кувырок вперед	1	Разминка с массажными мячами, кувырок вперед, круговая тренировка, упражнения на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с массажными мячами, кувырок вперед; проходить круговую тренировку; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во	Здоровьесберегающая: умеют выполнять массажные приемы массажными мячами; во время круговой тренировки следят за безопасным выполнением упражнений. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми)	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с массажными мячами; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации

							<p>время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.</p>		
			<p>Прыжок в длину с места</p>	1	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость, игра «Совушка»</p>	<p>Без домашнего задания</p>	<p>Играть в игру «Совушка»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками.</p>	<p>Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми</p>	<p>Получают возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями комплекса утренней зарядки</p>

			Утренняя зарядка, ее необходимость и принципы построения	1	Комплекс утренней зарядки, перестроение в две шеренги; тестирование (подъем туловища из положения лежа за 30 секунд); подвижная игра на внимание «Кто быстрее схватит», упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: ориентироваться в понятии «утренняя зарядка»; выполнять комплекс утренней зарядки; перестраиваться в две шеренги; играть в подвижную игру на внимание «Кто быстрее схватит»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма	Здоровьесберегающая: знают правила составления утренней зарядки; умеют выполнять комплекс утренней зарядки. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, умеют радоваться удачам других людей -	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с массажными мячами; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации
			Стойка на лопатках. «Мост»	1	Бег с упражнением на внимание, разминка, направленная на развитие гибкости, стойка на лопатках, гимнастическое упражнение «мост», круговая	Без домашнего задания	Научатся: ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок	Здоровьесберегающая: умеют выполнять упражнения на гибкость. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для

					тренировка	<p>вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.</p>	<p>преодолению трудностей. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, следят за безопасностью друг друга</p>	<p>индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки, направленной на развитие гибкости; выполнять эстетически красиво гимнастические комбинации («стойка на лопатках», «мост»)</p>
--	--	--	--	--	------------	--	---	---

			Тестирование наклона вперед из положения стоя	1	Комплекс утренней зарядки, строевые команды, тестирование (наклон вперед из положения стоя), подвижная игра «Кто быстрее схватит», упражнения на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять комплекс утренней зарядки; перестраиваться в две шеренги; играть в подвижную игру на внимание «Кто быстрее схватит»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; выполнять организующие строевые команды и приемы.	Здоровьесберегающая: умеют выполнять упражнения на гибкость. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, следят за безопасностью друг друга	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки, направленной на развитие гибкости; выполнять эстетически красиво гимнастические комбинации («стойка на лопатках», «мост»)
--	--	--	---	---	---	-----------------------	--	---	--

			Тестирование в подтягивании на низкой	1	Строевые упражнения: повороты направо и	Без домашнего задания	Выполнять подтягивание на низкой	Здоровьесберегаю щая: умеют выполнять комплекс	Занятий по физической культуре с записями

			<p>перекладине из вися лежа</p>		<p>налево прыжком, комплекс утренней зарядки, тестирование (подтягивание на низкой перекладине из вися лежа), подвижная игра «Правильный номер»</p>		<p>перекладине из вися лежа; играть в игру «Правильный номер»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; выполнять организующие строевые команды и приемы (повороты направо и налево прыжком); активно включаться в коллективную</p>	<p>утренней зарядки. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими (сверстниками, взрослыми), способны переживать и «болеть» за своих товарищей</p>	<p>разминки, направленной на развитие гибкости; выполнять эстетически красиво гимнастические комбинации («стойка на лопатках», «мост</p>
--	--	--	---------------------------------	--	---	--	--	---	--

							деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.		
			Стойка на лопатках.	1	Бег с упражнением на внимание, разминка, направленная	Без домашнего задания	<p>Научатся: ориентироваться в понятии «физкультминутка»; маршрутировать под стихотворения; выполнять физкультминутку; играть в игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; активно включаться в коллективную деятельность,</p>	<p>Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми)</p>	<p>Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями физкультминутки</p>

							взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.		
			Физкультминутки, их значение в жизни человека	1	Маршировка под стихотворения, физкультминутка, упражнения с мячом со стихами, подвижная игра «Правильный номер с мячом»	Без домашнего задания	Научатся: ориентироваться в понятии «физкультминутка»; маршировать под стихотворения; выполнять физкультминутку; играть в игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими	Здоровьесберегающая: знают правила составления физкультминуток; умеют выполнять физкультминутку. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми)	
			Выполнение упражнений под стихотворения	1	Беговые упражнения, маршировка под стихотворное сопровождение, физкультминутка,	Без домашнего задания	Беговые упражнения, маршировка под стихотворное сопровождение, физкультминутка,	Здоровьесберегающая: знают правила составления физкультминуток; умеют выполнять физкультминутку.	Получают возможность научиться: сохранять правильную осанку,

					упражнения с мячом под чтение стихотворений, подвижная игра «Правильный номер с мячом»		упражнения с мячом под чтение стихотворений, подвижная игра «Правильный номер с мячом»	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми)	оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями физкультминуток
		Лазание по гимнастической стенке	1	Разминка с гимнастическими палками, круговая тренировка, лазание по гимнастической стенке, перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой, упражнения на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой; организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми) Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в массовых формах соревновательной деятельности, в организации активного отдыха и досуга.	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений разминки с гимнастическими палками. Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку,	

			<p>Подвижные игры Гимнастика, ее возникновение и необходимость в жизни человека</p>	2	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений, подвижные игры «Непослушные стрелки часов», «Колдунчики» Понятие <i>гимнастика</i>; значение гимнастики в жизни человека; строевые упражнения: построение в одну шеренгу, выполнение команд: «Равняйся!», «Смирно!», «По кругу на руки в стороны разомкнись!», «Направо!»</p>	<p>Без домашнего задания</p>	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений, подвижные игры «Непослушные стрелки часов», «Колдунчики» Научатся: ориентироваться в понятии <i>гимнастика</i>; характеризовать роль и значение гимнастики в жизни человека; играть в подвижную игру «Волк во рву»; отбирать и выполнять комплексы упражнений для гимнастики в соответствии с изученными правилами; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе и в</p>	<p>Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения</p>	<p>оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями комплекса гимнастики, разминки с элементами зарядки</p>
--	--	--	---	---	---	------------------------------	---	--	---

							помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками; выполнять организующие строевые команды и приёмы («Равняйсь!», «Смирно!», «По кругу на руки в стороны разомкнись!», «Направо!», Налево!», построение в одну шеренгу).		
			Лазание по гимнастической стенке	1	Разминка с гимнастическими палками, круговая тренировка, лазание по гимнастической стенке, перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой, упражнения на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой; организовывать места занятий физическими	Ценностно- смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальны х занятий по физической культуре с записями

							<p>упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействоват ь со сверстниками в достижении общих целей; организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели; планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия.</p>		<p>упражнений разминки с гимнастически ми палками</p>
		Строевые упражнения	1	Строевые упражнения:	Без домашнего	Научатся: выполнять	Здоровьесберегаю щая:	Получат возможность	

					повороты на месте, размыкание в шеренге, ходьба змейкой и по кругу; разминка со стихотворным сопровождением; группировка из положения лежа; перекаты вперед и назад; подвижная игра «Волк во рву»	задания	строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при выполнении перекатов; играть в подвижную игру «Волк во рву»; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе и в	умею использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми	научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки со стихотворным сопровождением; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации (группировка из положения лежа; перекаты вперед и назад)
--	--	--	--	--	---	---------	--	---	--

							помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
			Техника выполнения перекатов	1	Строевые упражнения: повороты на месте, размыкание в шеренге, ходьба змейкой и по кругу; разминка со стихотворным сопровождением; группировка из положения лежа; перекаты вперед и назад; подвижная игра «Удочка»	Без домашнего задания	Научатся: выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при выполнении перекатов; играть в подвижную игру «Удочка»; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	Здоровьесберегаю щая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Ценностно- смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь по физической культуре с записями разминки со стихотворным сопровождени ем для индивидуальны х занятий; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации (группировка из положения лежа; перекаты вперед и назад)

							физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе и в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
			Упражнения на кольцах	1	Знакомство с гимнастическими кольцами; разминка на кольцах: вис углом, вис согнувшись; круговая тренировка	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям круговой тренировки организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личные и физические ресурсы. Коммуникативная: владеют способами	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминок со стихотворным сопровождением и в движении, с записью

							время занятий физическими упражнениями	взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации (группировка из положения лежа; перекаты вперед и назад в группировке; кувырок вперед)
		Кувырок вперед	1	Разминка со стихотворным сопровождением и в движении; перекаты вперед и назад в группировке; тестирование (подъем туловища за 30 секунд); кувырок вперед; подвижная игра «Удочка»	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку со стихотворным сопровождением и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка»; организовывать места занятий	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы. Коммуникативная:	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки со стихотворным	

							<p>физическими упражнениями и играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе и в помещении; соблюдать правила взаимодействия</p>	<p>владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения</p>	<p>сопровождение м и в движении, с записью показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации (группировка из положения лежа; перекаты вперед и назад в группировке; кувырок вперед)</p>
			<p>Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»</p>	<p>1</p>	<p>Разминка со стихотворным сопровождением и в движении; перекаты вперед и назад в группировке; подъем туловища за 30 секунд; кувырок вперед; подвижная игра «Ловишка с мешочком на</p>	<p>Без домашнего задания</p>	<p>Научатся: выполнять разминку со стихотворным сопровождением и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в</p>	<p>Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях</p>	<p>Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической</p>

					голове»		подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове	общения	культуре с записями разминки со стихотворным сопровождением и в движении, с записью показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации (перекаты вперед и назад в группировке; кувырок вперед)
			Упражнения на кольцах	1	Разминка на кольцах; вис углом на гимнастических кольцах; вис согнувшись на гимнастических кольцах; круговая тренировка	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку на кольцах; выполнять вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах;	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми; следят за безопасностью друг друга. Ценностно-смысловая: проявляют	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; выполнять эстетически

							<p>проходить по станциям круговой тренировки; организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.</p>	<p>готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы</p>	<p>красиво гимнастические комбинации (вис углом на гимнастических кольцах, вис согнувшись на гимнастических кольцах); вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки на кольцах</p>
			<p>Гимнастические упражнения: стойка на лопатках и «мост»</p>	<p>1</p>	<p>Разминка со стихотворным сопровождением; строевое упражнение: размыкание и смыкание в шеренге приставным шагом; стойка на лопатках; «мост»; подвижная игра «Удочка»</p>	<p>Без домашнего задания</p>	<p><i>Научатся:</i> выполнять разминку со стихотворным сопровождением, строевое упражнение: размыкание и смыкание в шеренге приставным шагом, стойку на лопатках; «мост»; играть в подвижную игру «Удочка»; организовывать</p>	<p>Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к</p>	<p>Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки со стихотворным сопровождением</p>

							<p>места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе и в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками.</p>	<p>преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личные и физические ресурсы</p>	<p>м и в движении; выполнять эстетически красиво гимнастические комбинации («стойку на лопатках», «мост»)</p>
			Лазание по гимнастической стенке	1	<p>Разминка со стихотворным сопровождением; гимнастические упражнения «стойка на лопатках» и «мост»; лазание по гимнастической стенке; подвижная игра «Кот и мыши»</p>	Без домашнего задания	<p>Научатся: выполнять разминку со стихотворным сопровождением, стойку на лопатках, «мост»; лазать по гимнастической стенке; играть в подвижную игру</p>	<p>Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	<p>Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по</p>

							«Кот и мыши»; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе и в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками.	-	физической культуре с записями разминки со стихотворным сопровождением; выполнять эстетически красиво гимнастические комбинации («стойку на лопатках», «мост») Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы
			Вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах	1	Разминка с гимнастическими палками; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах; круговая	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками; вис углом, вис согнувшись и вис	Здоровьесберегающая: знают, что такое осанка; умеют использовать упражнения для формирования правильной осанки. Коммуникативная:	Получают возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

					тренировка		прогнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям круговой тренировки; организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения; следят за безопасностью друга	вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с гимнастическими палками; выполнять эстетически красиво гимнастические комбинации (вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах)
			Лазание и перелезание на гимнастической стенке	1	Разминка на формирование правильной осанки; упражнения на гибкость; лазание и перелезание на гимнастической стенке; подвижная игра «Кот и мыши»	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку на формирование правильной осанки и упражнения на гибкость; лазать по гимнастической стенке и перелезать с	Здоровьесберегающая: знают, что такое осанка; умеют использовать упражнения для формирования правильной осанки. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях	Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки на

							<p>пролета на пролет; играть в подвижную игру «Кот и мыши»; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе и в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками.</p>	<p>общения; следят за безопасностью друг друга</p>	<p>формирование правильной осанки</p>
		Подвижная игра «Ловля обезьян»	1	Разминка на формирование правильной осанки; упражнения на	Без домашнего задания	<p>Научатся: выполнять разминку на формирование правильной</p>	<p>Здоровьесберегающая: знают, что такое осанка; умеют использовать упражнения для</p>	<p>Получат возможность научиться: сохранять правильную</p>	

					<p>гибкость; лазание и перелезание на гимнастической стенке (лицом к опоре и спиной к ней); подвижная игра «Ловля обезьян»</p>		<p>осанки и упражнения на гибкость; лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролетана пролет как лицом к опоре, так и спиной к ней; играть в подвижную игру «Ловля обезьян»; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе и в помещении; соблюдать правила</p>	<p>формирования правильной осанки. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения; следят за безопасностью друг друга</p>	<p>осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки на формирование правильной осанки</p>
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

							взаимодействия с игроками.		
			Вис прогнувшись на кольцах	1	Разминка с гимнастическими палками; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах; круговая тренировка	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям круговой тренировки; организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми; следят за безопасностью друг друга.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы
			Игровые упражнения	1	Беговая разминка со стихотворным сопровождением;	Без домашнего задания	Научатся: выполнять беговую разминку	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими	сохранять правильную осанку, оптимальное

				<p>разминка с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке; лазание по гимнастической стенке; перелезание с пролета на пролет гимнастической стенки различными способами;</p> <p>подвижная игра «Ловля обезьян» (второй вариант); упражнение на внимание</p>		<p>со стихотворным сопровождением, разминку с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке; лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет различными способами; играть в подвижную игру «Ловля обезьян» (второй вариант); организовывать места занятий физическими упражнениями и играми;</p> <p>соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями;</p> <p>организовывать и проводить подвижные игры.</p>	<p>людьми (сверстниками, взрослыми); следят за безопасностью друг друга.</p>	<p>телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке</p> <p>Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы</p>
--	--	--	--	--	--	---	--	---

			Преодоление полосы препятствий	1	Беговая разминка со стихотворным сопровождением; игровые упражнения на гимнастических скамейках; кувырок вперед; полоса препятствий; упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять беговую разминку со стихотворным сопровождением, разминку с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке, упражнение на внимание, кувырок вперед; проходить полосу препятствий; организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы
			Переворот вперед и назад на кольцах	1	Разминка с гимнастическими палками; вис согнувшись, вис	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, вис	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению

					прогнувшись на гимнастических кольцах; переворот вперед и назад на гимнастических кольцах		согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, переворот вперед и назад на гимнастических кольцах; организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими	людьми (сверстниками, взрослыми).	трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы
			Полоса препятствий (усложненный вариант)	1	Разминка на гимнастических скамейках; кувырок вперед; полоса препятствий	Без домашнего задания	Научатся: выполнять общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке; проходить полосу препятствий (усложненный вариант); организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми.	Смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы

							предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
			Подвижная игра «День и ночь»	1	Разминка на гимнастических скамейках; прыжки через скакалку; лазание по канату; подвижная игра «День и ночь»	Без домашнего задания	<p>Научатся:</p> <p>выполнять разминку на гимнастической скамейке; прыгать через скакалку; лазать по канату; играть в подвижную игру «День и ночь»; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры.</p>	<p>Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга.</p> <p>Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми сверстниками, взрослыми)</p>	<p>Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки на гимнастических скамейках</p>

			Перевороты вперед и назад на кольцах	1	Разминка с гимнастическими палками; вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах; переворот вперед и назад на гимнастических кольцах; кувырок вперед;	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, переворот вперед и назад на гимнастических кольцах, кувырок вперед; использовать «кольцеброс» при выполнении упражнений; организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми).	Смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы
			Подвижные игры	1	Разминка со скакалками; прыжки через скакалку; лазание по канату; подведение итогов	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в массовых формах соревновательной	Получат возможность научиться: сохранять правильную осанку,

					четверти		подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; организовывать и проводить подвижные игры.	деятельности, в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми	оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями разминки со скакалками
		Организующие команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»	1	Организующие команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; ступающий шаг на лыжах без палок	Без домашнего задания	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий; соблюдать правила	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при нахождении на улице при низкой температуре	Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре с записями показателей температурного режима; выполнять передвижения на лыжах (передвигаться на лыжах без палок ступающим	

							поведения и безопасности во время занятий		шагом)
			Упражнения на кольцах	1	Организующие команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; ступающий шаг на лыжах без палок	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку, упражнения с обручами, упражнения на кольцах: вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад, переворот вперед; организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы
			Техника ступающего шага на лыжах	1	Организующие команды: «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»;	Без домашнего задания	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!» и	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при нахождении на улице при низкой	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей

					техника обгона во время лыжных гонок; ступающий шаг на лыжах без палок		«Лыжи к ноге!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий.	температуре.	
			Техника поворота переступанием вокруг пяток лыж	1	Организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; ступающий шаг на лыжах без палок; поворот переступанием лыж вокруг пяток; подвижная игра	Без домашнего задания	Научатся: выполнять строевое упражнение «ходьба змейкой и по кругу», разминку под стихотворное сопровождение; играть в подвижную игру «Удочка»; организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; правильно подбирать одежду	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при нахождении на улице при низкой температуре. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы -

							и обувь в зависимости от условий проведения занятий; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми.		
			Вращение обруча	1	Разминка с обручами; вращение обруча; круговая тренировка; игровое упражнение на реакцию и внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с обручами; вращать обруч; проходить по станциям круговой тренировки; игровое упражнение на реакцию и внимание; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения; следят за безопасностью друг друга	Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре с записями упражнений для разминки с обручами

							места занятий физическими упражнениями.		
			Техника скользящего шага на лыжах без палок	1	Организующие команды: «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!»; ступающий шаг на лыжах без палок; скользящий шаг на лыжах без палок; повороты переступанием на лыжах	Без домашнего задания	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий.	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при нахождении на улице при низкой температуре.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы
			Техника спуска в основной стойке на лыжах без палок	1	Организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!»;	Без домашнего задания	Получат возможность научиться: вести тетрадь по	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при	Смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей,

					«На лыжи становись!»); ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок; техника спуска в основной стойке на лыжах без палок		физической культуре с записями показателей температурного режима; выполнять передвижения на лыжах (ступающий шаг без палок, скользящий шаг без палок, спуск в основной стойке на лыжах без палок)	нахождении на улице при низкой температуре.	умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы
			Лазание по канату	1	Разминка с гимнастическими палками; лазание по канату; круговая тренировка; упражнение на внимание стойке на лыжах без палок; техника подъема ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками; лазать по канату; проходить по станциям круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения; следят за безопасностью друг друга	Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре с записями упражнений для разминки с гимнастическими палками

			Техника торможения падением на лыжах	1	Организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок; техника спуска в основной стойке на лыжах без палок; техника подъема ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок; техника торможения падением на лыжах	Без домашнего задания	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий.	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при нахождении на улице при низкой температуре.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы
			Лазание по канату	1	Разминка с гимнастическими палками; лазание по канату; круговая тренировка; упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками; лазать по канату; проходить по станциям круговой	Организующие команды: «Лыжи на плечо!», «На лыжи становись!», техника ступающего шага с палками на лыжах	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои

							тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями		личностные и физические ресурсы
			Техника скользящего шага с палками на лыжах	1	Организующие команды: «Лыжи на плечо!», «На лыжи становись!», техника ступающего шага с палками на лыжах	Без домашнего задания	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «На лыжи становись!»; надевать лямки лыжных палок; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий.	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при нахождении на улице при низкой температуре.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы

			Техника скользящего шага с палками на лыжах	1	Организующие команды: «Лыжи на плечо!», «На лыжи становись!»; умение надевать лямки лыжных палок, передвигаться ступающим и скользящим шагом с палками на лыжах	Без домашнего задания	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «На лыжи становись!»; надевать лямки лыжных палок; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий.	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при нахождении на улице при низкой температуре.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы
			Упражнения со скакалками	1	Разминка на гимнастических скамейках; прыжки через скакалку с вращением вперед и назад; круговая тренировка;	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжки через скакалку с	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми; следят за безопасностью друг друга.	Получат возможность научиться: вест и тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с

					игровое упражнение на внимание		вращением вперед и назад; проходить по станциям круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	записями упражнений для разминки на гимнастических скамейках
			Техника торможения палками на лыжах	1	Организующие команды: «Лыжи на плечо!», «На лыжи становись!», ступающий и скользящий шаг с палками на лыжах; техника торможения палками на лыжах	Без домашнего задания	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями; правильно подбирать одежду	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при нахождении на улице при низкой температуре	Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре с записями показателей температурного режима; выполнять передвижения на лыжах (ступаящим и скользящим шагом с палками, торможение

							и обувь в зависимости от условий проведения занятий.		палками)
			Движение змейкой на лыжах с палками	1	Организующие команды: «Лыжи под руку!», «На лыжи становись!»; ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок; ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками; торможение палками и падением на лыжах; спуск в основной стойке; передвижение на лыжах с палками «змейкой»; подвижная игра «Юла»	Без домашнего задания	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!», «На лыжи становись!»; играть в подвижную игру «Юла»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий.	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при нахождении на улице при низкой температуре. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей

			Прыжки через скакалку	1	Разминка на гимнастических скамейках; прыжки через скакалку с вращением вперед и назад; круговая тренировка; игровое упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжки через скакалку с вращением вперед и назад; проходить по станциям круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, следят за безопасностью друг друга. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	Получат возможность научиться: вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки на гимнастических скамейках
			Контрольный урок по лыжной подготовке	1	Скользкий и ступающий шаг на лыжах с палками; прохождение дистанции 1000 м; подвижная игра «Юла»	Без домашнего задания	Научатся: играть в подвижную игру «Юла»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий	Здоровьесберегающая: знают правила безопасности при нахождении на улице при низкой температуре.	Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре с записями показателей температурного режима; выполнять

							физическими упражнениями и играми; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий.		передвижения на лыжах (ступающим и скользящим шагом с палками при прохождении дистанции 1000 м)
			Общеразвивающие упражнения с малыми мячами	1	Разминка с малыми мячами; броски и ловля мяча различными способами; бросок набивного мяча от груди и из-за головы; подвижная игра «Вышибалы маленькими мячами»; упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с малыми мячами, упражнение на внимание; бросать и ловить мяч различными способами; бросать набивной мяч от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми.	Получат возможность научиться: вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки с малыми мячами

							<p>места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.</p>		
			Прыжки через скакалку	1	Разминка со скакалками; прыжки через скакалку с вращением вперед и назад; круговая тренировка	Без домашнего задания	<p>Научатся: выполнять разминку со скакалками; прыжки через скакалку с вращением вперед и назад; проходить станции круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.</p>	<p>Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей</p>	<p>Получат возможность научиться: вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки со скакалками</p>

			Броски и ловля мяча в парах	1	Разминка в ходьбе; броски и ловля мяча в парах; броски набивного мяча на дальность от груди и из-за головы; подвижная игра «Вышибалы маленькими мячами»; упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми.	Получать возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами
--	--	--	-----------------------------	---	---	-----------------------	---	--	---

							во время отдыха на открытом воздухе.		
			Разновидности бросков мяча одной рукой	1	Упражнения на внимание; разминка со стихотворным сопровождением; разновидности бросков мяча одной рукой; ловля мяча; подвижная игра «Осада города»	Без домашнего задания	Научатся: выполнять упражнения на внимание, разминку со стихотворным сопровождением, разновидности бросков мяча одной рукой, ловлю мяча; играть в подвижную игру «Осада города»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами

							проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.		
			Прыжки через скакалку	1	Разминка со скакалками; прыжки через скакалку с вращением вперед и назад; круговая тренировка	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку со скакалками, прыжки через скакалку с вращением вперед и назад; проходить станции круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми). Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами
			Ведение мяча на месте и в движении	1	Разминка со стихотворным сопровождением; ведение мяча на месте и в движении;	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку со стихотворным сопровождением; вести мяч на месте и в	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга.	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную

					подвижная игра «Осада города»		движении; играть в подвижную игру «Осада города»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей -	осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами
			Броски мяча в кольцо способом «снизу»	1	Разминка в движении; ведение мяча на месте и в движении; техника броска мяча в корзину способом «снизу»; подвижная игра «Антывышибалы»	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку в движении, бросок мяча в корзину способом «снизу»; вести мяч на месте и в движении; играть в подвижную игру «Антывышибалы»; соблюдать	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической

							правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.	смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами
			Стойка на голове	1	Разминка на матах; стойка на голове; круговая тренировка; игровое упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку на матах, игровое упражнение на внимание, стойку на голове; проходить станции круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми). Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями

							время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями		упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации (стойка на голове)
			Броски мяча в кольцо способом «сверху»	1	Разминка в движении; ведение мяча на месте и в движении; техника броска мяча в корзину способом «сверху»; подвижная игра «Антивышибалы»	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку в движении, бросок мяча в корзину способом «сверху»; вести мяч на месте и в движении; играть в подвижную игру «Антивышибалы» ; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с	Здоровьесберегаю щая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми.	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальны х занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами

							игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.		
			Подвижная игра с мячом «Охотники и утки»	1	Физическая культура; строевые команды: повороты, перестроения в одну и две шеренги; разминка под стихотворное сопровождение; подвижная игра «Охотники и утки»	Без домашнего задания	Научатся: ориентироваться в понятии «физическая культура»; выполнять строевые команды: повороты на месте, перестроения в одну и две шеренги, разминку под стихотворное сопровождение; играть в подвижную игру «Охотники и утки»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми;	Здоровьесберегаю щая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно- смысловая: проявляют	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальны х занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами

							соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.		
			Стойка на голове	1	Разминка на матах; стойка на голове; круговая тренировка; игровое упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку на матах; стойку на голове, игровое упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми). Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации (стойка на голове)

			Тестирование в наклоне вперед из положения стоя	1	Бег по следам; разминочная игра «Класс, смирно!»; тестирование в наклоне вперед из положения стоя; подвижная игра «Охотники и утки»	Без домашнего задания	Научатся: выполнять бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Охотники и утки»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха из занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей
			Упражнение на выносливость – вис на время	1	Бег по следам (более сложный вариант); игра-разминка «Класс, смирно!»; тестирование в вися на время; подвижная игра «Ночная охота»	Без домашнего задания	Научатся: выполнять более сложный вариант бега по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Ночная охота»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий;	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами, результатов	Умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми.

							организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.	тестирования в висе на время	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей
			Повторение акробатических элементов	1	Бег с препятствиями; разминка с мячами на матах; стойка на лопатках, «мост»; кувырок вперед; круговая тренировка; упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять бег с препятствиями, разминку с мячами на матах, стойку на лопатках, «мост», кувырок вперед, упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с

							места занятий физическими упражнениями.		изученными правилами; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации
			Повторение техники прыжка в длину с места -	1	Бег враспынную; разминка со стихотворным сопровождением; техника прыжка в длину с места; подвижная игра «Ночная охота»; упражнение на внимание и равновесие	Без домашнего задания	Научатся: выполнять бег враспынную; разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в длину с места; играть в подвижную игру «Ночная охота»; выполнять упражнение на внимание и равновесие; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами

							игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.		
			Тестирование в прыжке в длину с места	1	Бег враспынную; разминка со стихотворным сопровождением; тестирование в прыжке в длину с места; подвижная игра «Сторож и воробьи»; упражнение на внимание и равновесие	Без домашнего задания	Научатся: выполнять бег враспынную, разминку со стихотворным сопровождением, упражнение на внимание и равновесие; играть в подвижную игру «Сторож и воробьи»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами, результатов тестирования в прыжке в длину с места

							игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.		
			Повторение акробатических элементов	1	Бег с препятствиями; разминка с мячами на матах; стойка на лопатках; «мост»; кувырок вперед; круговая тренировка; упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять бег с препятствиями, разминку с мячами на матах, стойку на лопатках, «мост», кувырок вперед, упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно- смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальны х занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации (стойку на

									лопатках, «мост», кувырок вперед)
			Повторение акробатических элементов	1	Бег с препятствиями; разминка с мячами на матах; стойка на лопатках; «мост»; кувырок вперед; круговая тренировка; упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять бег с препятствиями, разминку с мячами на матах, стойку на лопатках, «мост», кувырок вперед, упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами; выполнять эстетически красиво акробатические комбинации (стойку на лопатках, «мост», кувырок

									вперед)
			Метание малого мяча в горизонтальную цель	1	Бег с перепрыгиванием через препятствия; разминка, направленная на развитие координации движений; тестирование в метании малого мяча в горизонтальную цель; подвижная игра «Попрыгунчики-воробышки»; упражнение на внимание -	Без домашнего задания	Научатся: выполнять бег с перепрыгиванием через препятствия, разминку, направленную на развитие координации движений, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробышки»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личные и физические ресурсы Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга.	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами, результатов тестирования в метании малого мяча в горизонтальную цель на точность

							на открытом воздухе.		
			Упражнения на уравнивание предметов	1	Разминка с двумя массажными мячами; упражнения на уравнивание предметов, на развитие координации движений, на равновесие; круговая тренировка	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с двумя массажными мячами, упражнения на уравнивание предметов, на развитие координации движений, на равновесие; проходить станции круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, следят за безопасностью друг друга.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы-
			Тестирование в подъеме туловища из положения лёжа на спине за 30 секунд	1	Ходьба и бег с изменением ритма и темпа; разминка с упражнениями на ориентировку в	Без домашнего задания	Научатся: выполнять ходьбу и бег с изменением ритма и темпа,	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку;	Умеют использовать двигательный опыт в организации

					<p>пространстве; тестирование в подъеме туловища за 30 секунд; подвижная игра «Попрыгунчики- воробышки»</p>		<p>разминку с упражнениями на ориентировку в пространстве, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики- воробышки»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.</p>	<p>вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами, результатов тестирования в подъеме туловища за 30 секунд из положения лежа на спине</p>	<p>активного отдыха и досуга. Коммуникатив ная: владеют способами взаимодействи я с окружающими людьми. Ценностно- смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы</p>
			Баскетбольные упражнения	1	Упражнения, направленные на развитие	Без домашнего задания	Научатся: выполнять упражнения,	Здоровьесберегаю щая: умеют использовать	Получат возможность научиться:

					ориентировки в пространстве, внимания и равновесия; броски мяча в кольцо различными способами; баскетбольные упражнения; игра-эстафета «Гонка мячей в колоннах»		направленные на развитие ориентировки в пространстве, внимания, равновесия, броски мяча в кольцо различными способами, баскетбольные упражнения; играть в игру-эстафету «Гонка мячей в колоннах»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.	двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми)	сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами
			Упражнения на уравнивание предметов	1	Разминка с двумя массажными мячами; упражнения на уравнивание предметов, на развитие	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку с двумя массажными мячами, упражнения на уравнивание	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми).	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную

					координации движений, на равновесие; круговая тренировка		предметов, на развитие координации движений, на равновесие; проходить станции круговой тренировки; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.	Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами
			Контрольный урок по ведению, броску и ловле мяча	1	Беговая разминка; ведение мяча в движении; броски и ловля мяча; подвижные игры; упражнения на равновесие и внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять беговую разминку, ведение мяча в движении, броски и ловлю мяча; играть в подвижные игры (по выбору); выполнять упражнения на равновесие и внимание; соблюдать правила	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений

							поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.	готовность к преодолению трудностей	для разминки
			Тестирование в беге на скорость на 30 м	1	Строевые упражнения: «змейка», «спираль»; беговая разминка; тестирование в беге на скорость на 30 м; подвижная игра «Воробьи – вороны»; упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять строевые упражнения – «змейка», «спираль», беговую разминку, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Воробьи – вороны»; соблюдать	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми)	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями

							<p>правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.</p>		<p>упражнений для разминки</p>
			Круговая тренировка	1	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений; круговая тренировка (усложненный вариант); упражнения на внимание</p>	<p>Без домашнего задания</p>	<p>Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки (усложненный</p>	<p>Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	<p>Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы</p>

							вариант); соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями		
			Тестирование в челночном беге 3 □ □ 10 м	1	Строевые упражнения: «змейка», «спираль»; беговая разминка; тестирование в челночном беге 3 × 10 м; подвижная игра «Воробьи – вороны»; упражнение на внимание	Без домашнего задания	Научатся: выполнять строевые упражнения – «змейка», «спираль», беговую разминку; упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Воробьи – вороны»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми;	Здоровьесберегаю щая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно- смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальны х занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами, результатов тестирования в челночном беге 3 □ 10 м

							соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.		
			Метание мешочка на дальность	1	Упражнения на внимание; разминка с игрой «Запрещенное движение»; тестирование метании мешочка на дальность; подвижная игра «Колдунчики»	Без домашнего задания	Упражнения на внимание; разминка с игрой «Запрещенное движение»; тестирование метании мешочка на дальность; подвижная игра «Колдунчики» Научатся: выполнять упражнения на внимание, разминку с игрой «Запрещенное движение»; играть в подвижную игру «Колдунчики»; соблюдать правила поведения и	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей	Получают возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами, результатов тестирования в метании

							<p>безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры во время отдыха на открытом воздухе.</p>		<p>мешочка на дальность</p>
			Круговая тренировка	1	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений; круговая тренировка (усложненный вариант); упражнения на внимание</p>	<p>Без домашнего задания</p>	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений; круговая тренировка (усложненный вариант); упражнения на внимание Научатся: выполнять разминку, направленную на</p>	<p>Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, взрослыми), следят за безопасностью друг друга.</p>	<p>Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений</p>

							развитие координации движений, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки (усложненный вариант); соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.		для разминки в соответствии с изученными правилами
			Основы правил игры в футбол	1	Шестиминутный бег на выносливость; правила игры в футбол; удары по воротам	Без домашнего задания	Шестиминутный бег на выносливость; правила игры в футбол; удары по воротам Научатся: выполнять шестиминутный бег на выносливость, удары по воротам; применять на	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в массовых формах соревновательной деятельности. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми; умеют планировать	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; играть в футбол по упрощенным правилам

							<p>практике правила, элементы, простейшие технические действия игры в футбол; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры на открытом воздухе.</p>	<p>общую цель и пути её достижения. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей</p>	
			Знакомство с эстафетами	1	Игра-разминка «Запрещенное движение»; эстафеты; спортивная игра футбол	Без домашнего задания	Игра-разминка «Запрещенное движение»; эстафеты; спортивная игра футбол	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в массовых формах соревновательной деятельности. Коммуникативная:	Получают возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; играть

								владеют способами взаимодействия с окружающими людьми	в футбол по упрощенным правилам
			Круговая тренировка	1	Разминка в движении; круговая тренировка; свободное время	Без домашнего задания	Научатся: выполнять разминку в движении; проходить станции круговой тренировки; рационально использовать свободное время; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями.	Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми. Ценностно-смысловая: проявляют готовность к преодолению трудностей, умение мобилизовать свои личностные и физические ресурсы	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами
			Подвижные игры	2	Беговая разминка; подвижные игры; подведение итогов года	Без домашнего задания	Научатся: выполнять беговую разминку; играть в подвижные игры (по выбору); подводить итоги года (значение занятий)	Здоровьесберегающая: умеют использовать двигательный опыт в массовых формах соревновательной деятельности, в организации активного отдыха и	Получат возможность научиться: сохранять оптимальное телосложение, правильную осанку; вести тетрадь для

							<p>физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности , для трудовой деятельности); осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр; организовывать и проводить зарядку, подвижные игры в помещении и на открытом воздухе; составлять комплексы</p>	<p>досуга. Коммуникативная: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.</p>	<p>индивидуальных занятий по физической культуре с записями упражнений для разминки в соответствии с изученными правилами</p>
--	--	--	--	--	--	--	--	---	---

							оздоровительных и общеразвивающих упражнений с использованием простейшего инвентаря и оборудования; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми; соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
--	--	--	--	--	--	--	---	--	--