

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

Утверждено  
на педагогическом совете.  
Протокол № 2 от 01.09 2017г.

Принято  
на заседании МО.  
Протокол № 1 от 30.08 2017 г.  
Руководитель МО  
И.В. Меденко И.В.

Введено в действие.  
Приказ № 193-д от 01.09 2017г.  
Директор МОУ СШ №60  
Л.В. Бородинова

Согласовано  
зам. директора по УВР  
И.А. Шелестова  
« 31 » 08 2017 г.

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## «Физическая культура»

адаптированная для обучения детей с ЗПР (7.1)

ФГОС НОО ОВЗ

1 КЛАСС А

на 2017 – 2018 учебный год

Составила: учитель начальных классов  
Меденко Ирина Валерьевна

Волгоград 2017

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов и методических рекомендаций:

программы для общеобразовательных учреждений «Физическая культура: программа 1 – 4 классы» А.П.Матвеев, Примерной программе по физической культуре. Начальная школа. – М.: Просвещение, 2011. Руководитель проекта – А.М.Кондаков  
в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, а также планируемыми результатами начального общего образования, с учетом возможностей учебно-методической системы «Перспектива», требованиями Примерной основной образовательной программы ОУ.  
Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) "Об образовании в Российской Федерации"  
Концепции Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Утвержден приказом Министерства образования и науки от 19.12.2014 № 1599.  
Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598  
Рекомендациями по осуществлению государственного контроля качества образования детей с ограниченными возможностями здоровья (проект, разработанный в рамках государственного контракта от 07.08.2013 № 07.027.11.0015)  
Проектов адаптированных основных общеобразовательных программ в редакции от 30.03.2015  
Учебного плана образовательного учреждения на 2017/2018 учебный год  
Положения о рабочей программе МОУ СШ № 60

Рабочая программа по физической культуре составлена для классов инклюзивного образования и разработана на основе учебно – методического комплекта «Перспектива».

Программа предназначена для **обучения детей с ЗПР (7.1)** в общеобразовательной школе.

Программа адресована обучающимся с ЗПР, которые характеризуются уровнем развития близким к возрастной норме, при этом отмечается сниженная умственная работоспособность, низкий уровень мотивации к учебе, негрубые аффективно -поведенческие расстройства, нередко затрудняющие усвоение школьных норм и школьную адаптацию в целом. Произвольность, самоконтроль, саморегуляция в поведении и деятельности, как правило, сформированы недостаточно. Отмечаются трудности в усвоении математики, отмечаются также нарушения памяти, внимания, работоспособности, моторики.

Программа учитывает особые образовательные потребности детей с ЗПР:

- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности;
- стимулирование развития учебной мотивации, познавательной активности; обеспечение непрерывного контроля над становлением учебно-познавательной деятельности ребёнка до достижения уровня, позволяющего сформировать умение принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, умение планировать и контролировать свою деятельность, стремиться к самостоятельному выполнению учебных заданий;
- стимуляция осмысления ребенком приобретаемых в ходе обучения знаний как пригодных для применения в привычной повседневной жизни;
- включение в содержание программы разделов, содержащих специальный коррекционный компонент;
- организация процесса обучения с учётом специфики усвоения знаний, умений и навыков детьми с ЗПР («пошаговое» предъявление материала, дозированная помощь взрослого, использование специальных методов, приёмов и средств, способствующих как общему развитию ребёнка, так и компенсации индивидуальных недостатков развития).

## Цели и задачи учебного предмета

**Цель физического воспитания:** формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой.

### **Задачи:**

- 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, ее значении в жизни человека, роли в 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.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. Освоение предмета данной деятельности способствует не только активному развитию физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности, которые во многом обуславливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека. Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

В число универсальных компетенций, формирующихся в начальной школе в процессе освоения учащимися предмета физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью, входят:

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

## Общая характеристика учебного предмета

Предмет «Физическая культура» включает в себя два взаимосвязанных компонента: «академический» и «жизненной компетенции». Функция «академического» компонента - оснащение ребенка знаниями и умениями для их применения в будущем. Функция компонента «жизненной компетенции» - это обеспечение ребенка практическими знаниями, умениями и навыками, необходимыми в повседневной жизни и формирующими основу дальнейшего развития отношений с окружением.

В освоении физической культуры присутствуют три взаимосвязанные линии образования:

Овладение ребёнком с ОВЗ основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации. Формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.

Овладение умениями поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Овладение умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна.

Формирование умения следить за своим физическим состоянием, отмечать и радоваться любому продвижению в росте физической нагрузки, развитию основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости). Стремления к максимально возможной для данного ребёнка физической независимости.

## Место предмета в учебном плане

На курс «Физическая культура» в 1 классе отводится 99 часов, по 3 часа в неделю.

## Планируемые результаты освоения учебного предмета

### ***Личностные результаты:***

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

### **Метапредметные результаты:**

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

### **Предметные результаты:**

формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;  
овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);  
формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

## **Содержание учебного предмета**

***Знания о физической культуре.*** Что такое координация движений; что такое дистанция; как возникли физическая культура и спорт. Ученики получают первоначальные сведения об Олимпийских играх — когда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; получают представление о том, что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; получают первоначальные сведения о внутренних органах человека и его скелете; узнают, что такое гимнастика, где появилась и почему так названа; что такое осанка.

***Гимнастика с элементами акробатики.*** Ученики научатся строиться в шеренгу и колонну; размыкаться на руки в стороны; перестраиваться разведением в две колонны; выполнять повороты направо, налево, кругом; команды «равняйся», «смирно», «по порядку рассчитайся», «на первый-второй рассчитайся», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»; выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; запоминать короткие временные отрезки; подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа; выполнять вис на время; проходить станции круговой тренировки; выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове; лазать и перелезать по гимнастической стенке; лазать по канату; выполнять висы на перекладине; прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись и переворот на гимнастических кольцах.

**Легкая атлетика.** Ученики научатся технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м; выполнять челночный бег 3x10) м; беговую разминку; метание как на дальность, так и на точность; технике прыжка в длину с места; выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, а также прыжок в высоту спиной вперед; бегать различные варианты эстафет; выполнять броски набивного мяча от груди и снизу.

**Подвижные игры.** Ученики научатся играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки», «Салки с домиками», «Два Мороза»; «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совушка», «Осада города», «Вышибалы», «Ночная охота», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики-воробушки», «Белки в лесу». «Белочка-защитница», «Бегуны и прыгуны». «Грибы-шалуны», «Котел», «Охотники и утки». «Антивышибалы», «Забросай противника мячами», \* «Вышибалы через сетку», «Точно в цель», «Собачки». «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Хвостики». «Хвостики», «Бросай далеко, собирай быстрее». «Игра в птиц», «Игра в птиц с мячом», «День и ночь»: выполнять ловлю и броски мяча в парах, ведение мяча правой и левой рукой, броски мяча через волейбольную сетку.

## Учебно–тематическое планирование

Содержание курса	Тематическое планирование	Характеристика деятельности учащихся
<b>Знания о физической культуре (12 ч.)</b>		
Физическая культура (4ч.)		
Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.	Понятие о физической культуре.	<b>Определять</b> и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.
Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	Основные способы передвижения человека.	<b>Выявлять</b> различия в основных способах передвижения человека.
Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Профилактика травматизма.	<b>Определять</b> ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. <b>Определять</b> состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий.
<b>Из истории физической культуры (4ч.)</b>		
История развития физической культуры и первых соревнований.	Возникновение первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр.	<b>Пересказывать</b> тексты по истории физической культуры. <b>Понимать</b> и <b>раскрывать</b> связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека.
<i>Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.</i>	<i>Зарождение физической культуры на территории</i>	

	<i>Древней Руси. Развитие физической культуры в России в 18-19 в.в.</i>	
<b>Физические упражнения (4ч.)</b>		
Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.	Представление о физических упражнениях.	<b>Различать</b> упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость).
Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.	Представление о физических качествах.	<b>Характеризовать</b> показатели физического развития. <b>Характеризовать</b> показатели физической подготовки.
Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.	Общее представление о физическом развитии. Общее представление о физической подготовке.	
Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.	Что такое физическая нагрузка. Правила контроля за нагрузкой по частоте сердечных сокращений.	<b>Выявлять</b> характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений.
<b>Способы физкультурной деятельности (12ч.)</b>		
Самостоятельные занятия (4ч.)		
<i>Составление режима дня.</i>	<i>Режим дня и его планирование.</i>	<b>Составлять</b> индивидуальный режим дня.
Выполнение простейших закаливающих процедур, оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки), комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств	Утренняя зарядка, правила её составления и выполнения. Физкультминутки, правила их составления и выполнения. Закаливание и правила проведения закаливающих процедур. Осанка и комплексы упражнений по профилактике её нарушения. Комплексы	<b>Отбирать</b> и <b>составлять</b> комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток. <b>Оценивать</b> своё состояние (ощущения) после закаливающих процедур. <b>Составлять</b> комплексы упражнений для формирования правильной осанки. <b>Моделировать</b> комплексы упражнений с учётом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости.

	упражнений для развития физических качеств.	
<b>Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью (4ч.)</b>		
Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств.	Измерение показателей физического развития. Измерение показателей развития физических качеств.	<b>Измерять</b> индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями. <b>Измерять</b> показатели развития физических качеств.
Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	Измерение частоты сердечных сокращений.	<b>Измерять</b> (пальпаторно) частоту сердечных сокращений.
<b>Самостоятельные игры и развлечения (4ч.)</b>		
Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах)	Игры и развлечения в зимнее время года. Игры и развлечения в летнее время года. Подвижные игры с элементами спортивных игр.	<b>Общаться и взаимодействовать</b> в игровой деятельности. <b>Организовывать и проводить</b> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.
<b>Физическое совершенствование (246ч.)</b>		
<b>Физкультурно-оздоровительная деятельность (8ч.)</b>		
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.	Оздоровительные формы занятий.  Развитие физических качеств. Профилактика утомления.	<b>Осваивать</b> универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий. <b>Моделировать</b> физические нагрузки для развития основных физических качеств. <b>Осваивать</b> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств. <b>Осваивать</b> навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность (238ч.)</b>		
<b>Гимнастика с основами акробатики (64ч.)</b>		
<b>Организующие команды и приёмы.</b> Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.	Движения и передвижения строем.	<b>Осваивать</b> универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений.

		Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!»
<p><i>Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.</i></p> <p><i>Акробатические комбинации. Например:</i></p> <p>1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев;</p> <p>2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.</p>	Акробатика.	<p><b>Описывать</b> технику разучиваемых акробатических упражнений.</p> <p>Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.</p> <p><b>Осваивать</b> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.</p> <p><b>Выявлять</b> характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.</p>
<p><i>Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.</i></p> <p><i>Гимнастическая комбинация. Например, из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.</i></p>	Снарядная гимнастика.	<p><b>Описывать</b> технику гимнастических упражнений на снарядах.</p> <p><b>Осваивать</b> технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p><b>Осваивать</b> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p>
<p><i>Гимнастические упражнения прикладного характера. Передвижение по гимнастической стенке.</i></p> <p><i>Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</i></p>	Прикладная гимнастика.	<p><b>Соблюдать</b> правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p><b>Описывать</b> технику гимнастических упражнений прикладной направленности.</p>
<p><b>Беговые упражнения:</b> с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.</p>	Беговая подготовка.	<p><b>Описывать</b> технику беговых упражнений.</p> <p><b>Выявлять</b> характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.</p>
<p><b>Прыжковые упражнения:</b> на одной ноге и на двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание; прыжки со скакалкой.</p>	Прыжковая подготовка.	<p><b>Описывать</b> технику прыжковых упражнений.</p> <p><b>Выявлять</b> характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.</p> <p><b>Осваивать</b> технику прыжковых</p>
<p><b>Броски:</b> большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.</p>	Броски большого мяча.	<p><b>Описывать</b> технику бросков большого мяча.</p> <p><b>Осваивать</b> технику бросков большого мяча.</p>



<b>Метание:</b> малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Метание малого мяча.	<b>Описывать</b> технику метания малого мяча. <b>Осваивать</b> технику метания мяча.
<b>Подвижные и спортивные игры (54ч.)</b>		
<p><i>На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</i></p> <p>На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p>	Подвижные игры.	<p><b>Осваивать</b> универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.</p> <p><b>Излагать</b> правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p><b>Осваивать</b> двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.</p> <p><b>Взаимодействовать</b> в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.</p>
<p><i>На материале спортивных игр:</i></p> <p><b>Футбол:</b> удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.</p> <p><b>Баскетбол:</b> специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p><b>Волейбол:</b> подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p>	Спортивные игры.	<p><b>Описывать</b> разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p><b>Осваивать</b> технические действия из спортивных игр.</p> <p><b>Моделировать</b> технические действия в игровой деятельности.</p> <p><b>Взаимодействовать</b> в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p><b>Осваивать</b> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p>
Общеразвивающие упражнения из базовых видов спорта.	Общефизическая подготовка	<p><b>Осваивать</b> умения выполнять универсальные физические упражнения.</p> <p><b>Развивать</b> физические качества.</p>

Тема	Кол-во часов	Количество часов по программе
Знания о физической культуре	6	6
Гимнастика с элементами аэробики	36	34
Легкая атлетика	21	19
Подвижные игры	36	28
<b>Общее количество часов</b>	<b>99</b>	<b>99</b>

Внесены изменения. Часы по лыжной подготовке заменены.

Гимнастика с элементами аэробики -2ч  
Легкая атлетика – 2 ч  
Подвижные игры – 8 ч

## Материально-техническое обеспечение

*Демонстрационные материалы:* плакаты методические; портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

*Технические средства:* компьютер, мультимедийный проектор

*Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:* скамейки гимнастические; комплект навесного оборудования (мишени, перекладины); маты гимнастические; мячи набивные (1 кг); скакалки гимнастические; мячи малые (резиновые, теннисные); рулетка измерительная (10 м, 50 м); щиты с баскетбольными кольцами; большие мячи (резиновые, баскетбольные); мячи средние резиновые; аптечка медицинская.

## Планируемые результаты изучения учебного предмета

### 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, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.

### 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.

### Предметные результаты

ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма; раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;

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

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

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

выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

## **Физическое совершенствование**

выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы); выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств; выполнять организующие строевые команды и приёмы; выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма); выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности. сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации; играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам; выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

### **Личностные результаты**

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

### **Метапредметные результаты**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;



**АДАптированное календарно – тематическое планирование физическая культура 1 класс «Перспектива»**

Наименование раздела	дата		Тема урока	Колличество часов	Элементы содержания	Дом. задание	Универсальные учебные действия (УУД)			Коррекционные задачи
	план	факт					предметные	метапредметные	личностные	
Знания о физической культуре	1		Организационно-методические указания	1	Изучение понятий «шеренга» и «колонна», обучение передвижению в колонне; выполнение и/у; п/и «Ловишка»	Задания нет	Дифференцировать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строиться в колонну в движении; понимать какие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой; научиться играть в п/и «Ловишка»	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. <b>Познавательные:</b> объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре.	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Формирование правильной осанки
	Лёгкая атлетика	2		Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	Повороты направо и налево. Строевые команды «равняйсь», «смирно». Тестирование бега высокого старта. П/и «Ловишка»	Задания нет	Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказывать правила проведения тестирования и п/и «Ловишка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину.
		3		Техника челночного бега.	1	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; п/и	Задания нет	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление

					«Прерванные пятнашки»				<b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения п/и «Прерванные пятнашки»	социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	
4		Техника челночного бега	1	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; п/и «Прерванные пятнашки»	Задания нет	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега		<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения п/и «Прерванные пятнашки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	Развитие координации движений	
5		Тестирование челночного бега 3X10 м	1	Удержание дистанции. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка на месте; тестирование челночного бега 3X10 м с высокого старта; п/и «Прерванные пятнашки»	Задания нет	Знать, что такое дистанция и как её можно удерживать; уметь выполнять разминку на месте; понимать правила тестирования челночного бега		<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> : уметь рассказывать правила проведения тестирования и п/и «Прерванные пятнашки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Развитие выносливости, ловкости	

									нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.	
<b>Знания о физической культуре</b>	6		Возникновение физической культуры и спорта	1	Удержание дистанции. Знакомство с теорией возникновения физической культуры и спорта. Разминка в движении по кругу. П/и «Гуси – лебеди».	Задания нет	Знать, что такое дистанция и как её можно удерживать; как возникли физическая культура и спорт; уметь выполнять разминку в движении по кругу; понимать правила п/и «Гуси – лебеди».	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью <b>вопросов</b> ; слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о возникновении физкультуры и спорта, правилах проведения п/и «Гуси – лебеди».	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, доброжелательности, сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность.	Расширение кругозора

Лёгкая атлетика	7		Тестирование метания мешочка на дальность	1	Строевые команды «направо» и «налево», «на первый-второй рассчитайсь». Разминка, направленная на развитие координации движений. П/и «Гуси – лебеди».	Задания нет	Знать, как рассчитаться на первый-второй и как перестраиваться по этому расчету. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила п/и «Гуси – лебеди»; помнить стихотворное сопровождение.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> : уметь рассказывать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность и правила проведения п/и «Гуси – лебеди».</p>	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, доброжелательности, сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность.	Развитие силовых способностей
Подвижные игры	8		Русская народная п/и «Горелки»	1	Строевые команды «направо» и «налево», «на первый-второй, «на руки» рассчитайсь». Разминка,	Задания нет	Знать, как размыкаются на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила п/и «Горелки»;	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью <b>вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность.</b></p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт</p>	Формировать чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительное отношение к	Развитие силовых способностей



					направленная на развитие координации движений. П/и «Горелки»		запомнить стихотворное сопровождение.	(учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <b>Познавательные:</b> уметь размыкаться на руки в стороны, рассказать о правилах проведения п/и «Горелки».	культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях.	
	9		Русская народная п/и «Горелки»	1	Строевые команды «направо» и «налево», «на первый-второй, «на руки» рассчитайсь». Разминка, направленная на развитие координации движений. П/и «Горелки»	Задания нет	Знать, как размыкаются на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила п/и «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение.	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <b>Познавательные:</b> уметь размыкаться на руки в стороны, рассказать о правилах проведения п/и «Горелки».	Формировать чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительное отношение к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях.	Развитие общей выносливости
<b>Знания о физической культуре</b>	10		Олимпийские игры	1	Рассказ об Олимпийских играх – символике и традициях. Разминка с мешочками.	Задания нет	Знать, что такое Олимпийские игры, какие символы и традиции у них существуют. Уметь выполнять разминку с мешочками; уметь	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и	Расширение кругозора

						Техника метания мешочка на дальность. П/и «Колдунчики».		выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила п/и «Колдунчики».	информацию.. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, о правилах проведения п/и «Колдунчики».	осмысление социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
11		Что такое физическая культура?	1	Рассказ о физической культуре. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. П/и «Колдунчики».	Задания нет	Знать, что такое физическая культура. Учить выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила п/и «Колдунчики».		Знать, что такое физическая культура. Учить выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила п/и «Колдунчики».	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о понятии «физическая культура», о правилах проведения п/и «Колдунчики».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; развитие умения не создавать	Расширение кругозора

									конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
	12		Темп и ритм.	1	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. П/и «Салки» и «Мышеловка»	Задания нет	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в кругу; понимать правила п/и «Салки» и «Мышеловка».	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию..</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о темпе и ритме, о правилах проведения п/и «Салки» и «Мышеловка».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Укрепление свода стопы
<b>Подвиж</b>	13		Подвижна	1	Передвижение	Зад	Знать, что такое темп и	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной	Развитие	Развитие

ные игры			я игра «Мышеловка».		и выполнение упражнений с разным темпом. Разминка в движении. П/и «Салки» и «Мышеловка»	ани я нет	ритм. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила п/и «Салки» и «Мышеловка».	полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <b>Познавательные:</b> уметь рассказывать о темпе и ритме, рассказать о правилах проведения п/и «Салки» и «Мышеловка»	мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально- нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	предметной ловкости
14		Подвижная игра «Мышеловка».	1	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом. Разминка в движении. П/и «Салки» и «Мышеловка»	Зад ани я нет	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила п/и «Салки» и «Мышеловка».	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <b>Познавательные:</b> уметь рассказывать о темпе и ритме, рассказать о правилах проведения п/и «Салки» и «Мышеловка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально- нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Развитие координации движений	

Знания о физической культуре	15		Личная гигиена человека	1	Гигиена человека. Разминка в движении. Техника выполнения высокого старта. Команды «на старт», «внимание», «марш». П/и «Салки с домиками».	Задания нет	Знать, что такое гигиена. Уметь выполнять разминку в движении; выполнять правила п/и «Салки с домиками», технику выполнения высокого старта, как выполнять команды «на старт», «внимание», «марш».	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию..</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказывать о личной гигиене человека, о правилах проведения п/и «Салки с домиками» и о технике выполнения высокого старта</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Расширение кругозора
Лёгкая атлетика	16		Тестирование метания малого мяча на точность	1	Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. П/и «Два Мороза».	Задания нет	Знать, как проводится разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность; понимать правила п/и «Два Мороза».	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказывать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность и правила проведения п/и «Два Мороза».</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить	Развитие координации движений

									выходы из спорных ситуаций: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
<b>Гимнастика с элементами аэробики.</b>	17		Тестирование наклона вперёд из положения стоя.	1	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. П/и «Два Мороза». Упражнение на запоминание	Задания нет	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; понимать правила п/и «Два Мороза»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени.	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказывать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах п/и «Два Мороза»	Развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Развитие предметной ловкости

									на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
18		Наклоны вперёд из положения стоя.	1	Разминка, направленная на развитие гибкости. Выполнение наклона вперед из положения стоя. П/и «Два Мороза». Упражнение на запоминание	Задания нет	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие гибкости, выполнять наклоны вперед из положения стоя; понимать правила п/и «Два Мороза»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени.	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказывать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах п/и «Два Мороза»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Формирование осанки	
19		Тестирова	1	Разминка,	Зад	Знать, как проводится	<b>Коммуникативные:</b> сохранять	Развитие	Развитие	

			ние подъёма туловища из положения лёжа за 30 с.		направленная на развитие гибкости. Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с. П/и «Волк во рву». Упражнение на запоминание временного отрезка	ания нет	разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъёма туловища; понимать правила п/и «Волк во рву»: запоминать десятисекундный отрезок времени	доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказывать о проведении тестирования подъёма туловища из положения лёжа и о правилах проведения п/и «Волк во рву».	мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасность.	силовых способностей
Лёгкая атлетика	20		Тестирование прыжка в длину с места.	1	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места, п/и «Волк во рву».	Задания нет	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места; понимать правила п/и «Волк во рву».	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные:</b> уметь рассказывать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о правилах проведения п/и «Волк во рву».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание	Развитие гибкости



									чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	
Гимнастика с элементами аэробики.	21		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа.	1	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа. П/и «Охотник и зайцы».	Задания нет	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа; понимать правила п/и «Охотник и зайцы».	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказывать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа и о правилах проведения п/и «Охотник и зайцы».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Развитие предметной ловкости
	22		Тестирование виса на время.	1	Разминка у гимнастической стенки.	Задания	Знать, как проводится разминка у гимнастической	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и	Развитие предметной ловкости

					Тестирование виса на время. П/и «Охотник и зайцы»	нет	стенки, тестирование виса на время. Понимать правила п/и «Охотник и зайцы».	<p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказывать о проведении тестирования виса на время и о правилах проведения п/и «Охотник и зайцы».</p>	формирование личного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	
23		Стихотворное сопровождение на уроках.	1	Разминка со стихотворным сопровождением м. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Задания нет	Знать, как проводится разминка со стихотворным сопровождением. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь воспроизводить стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание	Развитие предметной ловкости	

									чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	
24		Стихотворное сопровождение на уроках	1	Разминка со стихотворным сопровождением м. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Задания нет	Знать, как проводится разминка со стихотворным сопровождением, п/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь воспроизводить стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Формирование осанки	
25		Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений.	1	Разминка со стихотворным сопровождением м. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Задания нет	Знать, как проводится разминка со стихотворным сопровождением, п/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь воспроизводить стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательн	Развитие координации движений	

									ости, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	
<b>Подвижные игры.</b>	26		Ловля и броски мяча в парах.	1	Разминки с мячами. Упражнения с мячами в парах. П/и «Осада города»	Задания нет	Знать, как проводится разминка с мячами, упражнения с мячами и п/и «Осада города»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнёра; уметь видеть указанную ошибку и исправлять её по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения п/и «Осада города»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувств развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций:	Развитие гибкости

									развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
27		Подвижная игра «Осада города».	1	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. П/и «Осада города»	Задания нет	Знать, как проводится разминка с мячами, упражнения с мячами и п/и «Осада города»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения п/и «Осада города»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувств развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций:	Развитие предметной ловкости	

									развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
28		Индивидуальная работа с мячом.	1	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение мяча, броски, ловля. П/и «Осада города»	Задания нет	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в п/и «Осада города»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Осада города»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций: развитие самостоятельности и личной ответственности	Развитие координации движений	
29		Индивиду	1	Разминка с	Зад	Знать, как проводится	<b>Коммуникативные:</b> формировать навык	Развитие	Развитие	

		альная работа с мячом		мячами. Упражнения с мячами: ведение мяча, броски, ловля. П/и «Осада города»	ания нет	разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в п/и «Осада города»	учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Осада города»	мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности	предметной ловкости
30		Школа укрощения мяча.	1	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение мяча, броски, ловля. П/и «Вышибалы»	Задания нет	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в п/и «Вышибалы»	<b>Коммуникативные:</b> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Вышибалы»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие	Развитие предметной ловкости

									навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций: развитие самостоятельности и личной ответственности	
31		Школа укрощения мяча	1	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение мяча, броски, ловля. П/и «Вышибалы»	Задания нет	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в п/и «Вышибалы»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Вышибалы»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных	Развитие предметной ловкости	



									ситуаций: развитие самостоятельнос ти и личной ответственности	
32		Подвижная игра «Ночная охота».	1	Разминка с мячами. Упражнения с мячом; ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. П/и «Ночная охота»	Задания нет	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его броски и ловля, как играть п/и «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Ночная охота».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.	Развитие предметной ловкости	
33		Подвижная игра «Ночная охота»	1	Разминка с мячами. Упражнения с мячом; ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. П/и «Ночная охота»	Задания нет	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его броски и ловля, как играть п/и «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Ночная охота».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;	Развитие координации движений	

									сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельнос ти и личной ответственности.	
34		Глаза закрывай – упражнен ье начинай.	1	Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами; ведение мяча, броски, ловля, перебрасывани е. П/и «Ночная охота»	Зад ани я нет	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение мяча в движении, его броски и ловля, как играть в п/и «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Ночная охота»; знать, как выполняются упражнения с закрытыми глазами.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоционально- нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие самостоятельнос ти и личной ответственности.	Укрепление свода стопы	
35		Подвижн ые игры.	1	Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников.	Зад ани я нет	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции – рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <b>Познавательные:</b> формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры; знать, как выполняются упражнения с закрытыми глазами.	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоционально- нравственной отзывчивости; сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	Развитие координационны х способностей	

									социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций: развитие самостоятельности и личной ответственности	
	36		Подвижные игры	1	Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников.	Задания нет	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции – рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры; знать, как выполняются упражнения с закрытыми глазами.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций: развитие самостоятельности и личной ответственности	Развитие координационных способностей
Гимнастика с элементом	37		Перекаты.	1	Разминка на матах. Группировка.	Задания	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе	Развитие мотивов учебной деятельности и	Развитие предметной ловкости

ами акробатики.				Перекаты. П/и «Удочка»	нет	группировки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила п/и «Удочка»	индивидуальной и групповой работы. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в п/и «Удочка»	формирование личного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
	38	Разновидности перекатов.	1	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. П/и «Удочка»	Задания нет	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и их виды, правила п/и «Удочка»	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в п/и «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживания	Развитие координационных способностей

									чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
39		Техника выполнения кувырка вперёд.	1	Разминка на матах. Кувырок вперёд. П/и «Удочка»	Задания нет	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперёд, правила игры «Удочка»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формулировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперёд и играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; принятие и осмысление социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.	Развитие общей выносливости	
40		Техника выполнен	1	Разминка на матах.	Задания	Знать, как проводится разминка на матах,	<b>Коммуникативные:</b> формировать навык учебного сотрудничества в ходе	Развитие мотивов учебной	Развитие координационны	

		ия кувырка вперёд		Кувырок вперёд. П/и «Удочка»	я нет	технику выполнения перекатов и кувырка вперёд, правила игры «Удочка»	индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками. <b>Регулятивные:</b> формулировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперёд и играть в подвижную игру «Удочка»	деятельности и формирование личностного смысла учения; принятие и осмысление социальной роли; развитие доброжелательн ости и эмоционально- нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельнос ти и личной ответственности.	х способностей
41		Кувырок вперед.	1	Разминка на матах. Пе- рекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Успей убрать»	Зад ани я нет	Знать, что такое осанка, как проводится разминка на матах, технику выполнения перека- тов и кувырка вперед, правила игры «Успей убрать»	<b>Коммуникативные:</b> добывать недо- стающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения.  <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Успей убрать»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелатель ности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельнос ти и личной ответственнос ти; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Развитие предметной ловкости

42		Стойка на лопатках «мост».	1	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки»	Задания нет	Знать, что такое осанка, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки. технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила игры «Волшебные елочки»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни	Развитие предметной ловкости
43		Стойка на лопатках, «мост» (совершенствование)	1	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки»	Задания нет	Знать, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки. технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила подвижной игры «Волшебные елочки»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной	Развитие выносливости

									ответственность и; формирование установки на здоровый образ жизни	
44		Стойка на голове.	1	Разминка на матах с резиновыми кольцами Кувырок вперед. Стойка на голове. Игровое упражнение	Задания нет	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Развитие общей выносливости	
45		Лазанье по гимнастической стенке.	1	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Лазанье по гимнастической стенке. Стойка на голове. Игровое упражнение	Задания нет	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения стойки на голове	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на	Развитие предметной ловкости	



								гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание	основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
46		Перелезание на гимнастической стенке.	1	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Стойка на голове. Кувырок вперед. Игровое упражнение	Задания нет	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, стойку на голове, кувырок вперед, проводить игровое упражнение на внимание</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред-	Развитие предметной ловкости	

									ставлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; установки на безопасный, здоровый образ жизни	
47		Висы на перекладине.	1	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине. Подвижная игра «Удочка»	Задания нет	Знать, что такое вис, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине, проводить подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование	Развитие предметной ловкости	

									установки на безопасный, здоровый образ жизни	
48		Круговая тренировка.	1	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Круговая тренировка. Игровое упражнение	Задания нет	Знать, что такое круговая тренировка, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезаний на гимнастической стенке и стойки на голове	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установок на безопасный образ жизни, эстетических потребностей, ценностей и чувств	Развитие координации движений	
49			1	Разминка со	Зад	Знать, что такое	<b>Коммуникативные:</b> формировать на-	Развитие	Развитие	

		Прыжки со скакалкой.		скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель»	ани я нет	скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель»	выки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.  <b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную игру «Шмель»	мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	предметной ловкости
50		Прыжки в скакалку.	1	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель»	Зад ани я нет	Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель»	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой и в скакалку, проводить подвижную игру «Шмель»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам	Развитие скоростных качеств

									других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
51		Круговая тренировка.	1	Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Береги предмет»	Задания нет	Знать, что такое круговая тренировка и какие упражнения могут в нее входить, правила	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижную игру «Береги предмет»</p>	Р Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Развитие предметной ловкости	
52		Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах.	1	Разминка со скакалкой. Вис углом и вис согнувшись на кольцах. Подвижная игра «Волк во рву»	Задания нет	Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, правила игры «Волк во рву»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам	Развитие предметной ловкости	

							действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом и вис согнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву»	других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
53		Вис прогнувшись на гимнастических кольцах.	1	Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах.	Задания нет	Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить разминку с двумя резиновыми кольцами, правила игры «Волк во рву»	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических	Развитие предметной ловкости

									потребностей, ценностей и чувств	
54		Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах.	1	Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Подвижная игра «Попрыгунчик и- воробушки»	Задания нет	Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить разминку с двумя резиновыми кольцами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	<i>Коммуникативные:</i> формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Развитие предметной ловкости	
55		Вращение обруча.	1	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики -	Задания нет	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	<i>Коммуникативные:</i> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательн	Развитие предметной ловкости	

					воробушки»				« Попрыгунчики-воробушки »	о - сти и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
56		Обруч — учимся им управлять .	1	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики-воробушки»	Задания нет	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»		<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики - воробушки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Развитие предметной ловкости	
57		Круговая	1	Разминка с	Зад	Знать, что такое		<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать	Развитие	Развитие	



		тренировка.		массажными мячами. Круговая тренировка. Подвижные игры	ания нет	массажные мячи и что с ними можно делать, правила проведения круговой тренировки	друг друга и учителя; формировать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. <b>Регулятивные:</b> формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить подвижные игры	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	скоростной выносливости
58		Круговая тренировка	1	Разминка с массажными мячами	Задания	Знать, что такое массажные мячи и что	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли,	Развитие этических	Развитие выносливости

			ка		мячами. Круговая тренировка. Подвижные игры	я нет	с ними можно делать, правила проведения круговой тренировки	чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. <b>Регулятивные:</b> формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с массажными мячами, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижные игры	чувств, доброжелательн ости и эмоционально- нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельно сти и личной ответственност и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
--	--	--	----	--	---	----------	---	---	---	--

Гимнастика с элементами акробатики	59		Лазанье по канату	1	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье по канату. Подвижная игра «Белки в лесу»	Задания нет	Знать, что такое канат, как по нему лазать, правила игры «Белки в лесу»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; уметь понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белки в лесу»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций	Развитие общей выносливости
Подвижные игры	60		Подвижная игра «Белочка - защитница»	1	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье по канату. П/и «Белочка - защитница»	Задания нет	Знать, что такое канат, как по нему лазать, правила игры «Белочка-защитница»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из	Развитие координации движений

									спорных ситуаций	
Гимнастика с элементами акробатики.	61		Прохождение полосы препятствий.	1	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница»	Задания нет	Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию, уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в п/и «Белочка-защитница»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах	Развитие скоростной выносливости
	62		Прохождение усложненной полосы препятствий	1	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница»	Задания нет	Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной	Развитие предметной ловкости

									ответственность и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах		
Лёгкая атлетика.	63		Техника прыжка в высоту с прямого разбега.	1	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	Задания нет	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Развитие предметной ловкости	
	64		Прыжок в высоту с прямого разбега	1	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	Задания нет	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на	Развитие координационных способностей	

								разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»	основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
65		Прыжок в высоту спиной вперед	1	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Подвижная игра «Грибы-шалуны»	Задания нет	Знать, что такое прыжок в высоту спиной вперед, как он выполняется, правила игры «Грибы-шалуны»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному примеру; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей	Развитие скоростных способностей	
66		Прыжки в высоту.	1	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту с прямого разбега. П/и «Грибы-шалуны»	Задания нет	Знать, что такое прыжки в высоту, как они выполняются, правила игры «Грибы-шалуны»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжки в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей	Развитие выносливости	

								ждением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей	
<b>Подвижные игры</b>	67		Броски и ловля мяча в парах.	1	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. П/и «Котёл»	Задания нет	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной <b>отзывчивости</b> , сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных	Развитие скоростных способностей

									ситуаций; развитие самостоятельно сти и личной ответственности и за свои поступки	
68		Броски и ловля мяча в парах	1	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. П/и «Котёл»	Задания нет	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры мячами, правила игры «Котёл»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной	Формирование правильной осанки	
69		Броски и ловля мяча в парах	1	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. П/и «Котёл»	Задания нет	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котёл»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со	Развитие скоростной выносливости	



									сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	
70		Ведение мяча.	1	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча, различными способами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки»	Задания нет	Знать, что такое ведение мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на	Развитие координации движений	

									основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
71		Ведение мяча в движении	1	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты	Задания нет	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Развитие предметной ловкости	
72		Ведение мяча в движении	1	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении.	Задания нет	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и	Развитие выносливости, ловкости	

				Эстафеты		с мячами, правила проведения эстафет	<p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах</p>	<p>формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	
73		Эстафеты с мячом.	1	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячом	Задания нет	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и</p>	Развитие общей выносливости

									эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
74		Подвижные игры с мячом.	1	Разминка с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Антывышибалы»	Задания нет	Знать правила проведения подвижных игр «Охотники и утки» и «Антывышибалы»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, играть в подвижные игры «Охотники и утки» и «Антывышибалы»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Развитие силовых способностей	
75		Подвижные игры	1	Разминка с мячом. Подвижные игры. Подведение	Задания нет	Знать правила проведения подвижных игр	<p><b>Коммуникативные:</b> строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Развитие силовых способностей	

					итогов четверти				<p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, выбирать подвижные игры и участвовать в них</p>	эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
Подвижные игры	76		Броски мяча через волейбольную сетку	1	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами»	Задания нет	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную «Забросай противника мячами»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты	Развитие предметной ловкости	
	77		Точность бросков мяча через волейбольную сетку	1	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра	Задания нет	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую ин-</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение	Развитие координации движений	

				«Забросай противника мячами»			формацию. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку на точность; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»	социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты	
78		Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	1	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Задания нет	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уважение к иной точке зрения. <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Развитие координации движений
79		Броски мяча	1	Разминка с мячом в	Задания	Знать, как выполнять броски мяча через	<b>Коммуникативные:</b> владеть монологической и диалогической формами речи	Развитие этических	Развитие предметной

			через волейбольную сетку с дальних дистанций		движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	я нет	волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	ловкости
Лёгкая атлетика	80		Бросок набивного мяча от груди	1	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Задания нет	Знать, как выполнять броски набивного мяча от груди, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о	Развитие предметной ловкости

									нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
	81		Бросок набивного мяча снизу.	1	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Задания нет	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Развитие координации движений
Подвижные игры	82		Подвижная игра «Точно в цель»	1	Разминка с малыми мячами. Броски набивного мяча от груди снизу. П/и «Точно в цель»	Задания нет	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу и от груди, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков	Развитие предметной ловкости



								набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель»	сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки; формирование установки на безопасный образ жизни	
Гимнастика с элементами акробатики.	83		Тестирование виса на время	1	Разминка с малыми мячами. Тестирование виса на время. П/и «Точно в цель»	Задания нет	Знать, как проводится тестирование виса на время, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с малыми мячами, тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки	Развитие координации движений
	84		Тестирование наклона вперед из положения стоя	1	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра	Задания нет	Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки»	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания	Развитие предметной ловкости

					«Собачки»				<b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки»	чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	
Лёгкая атлетика	85		Тестирование прыжка в длину с места.	1	Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Собачки»	Задания нет	Знать, как проводится тестирование прыжков в длину, как играть в подвижную игру «Собачки»	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжков в длину, играть в подвижную игру «Собачки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Формирование осанки	
Гимнастика с элементами акробатики	86		Тестирование подтягивания на низкой перекладине	1	Разминка в движении. Тестирование подтягивания на низкой перекладине. П/и «Лес, болото, озеро»	Задания нет	Знать, как проводится тестирование подтягивания на низкой перекладине, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Развитие силовых способностей	
	87		Тестирование подъема	1	Разминка в движении. Тестирование	Задания	Знать, как проводится тестирование	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения;	Развитие этических чувств,	Развитие гибкости	

			туловища за 30 с		подъема туловища за 30 с. Подвижная игра «Лес, болото, озеро»	нет	подъема туловища за 30 с, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	
Лёгкая атлетика	88		Техника метания на точность.	1	Разминка с мешочками. Техника метания различных предметов на точность. Подвижная игра «Ловишки с мешочком на голове»	Задания нет	Знать, как играть в п/и «Ловишки с мешочком на голове»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Развитие предметной ловкости
	89		Тестирование метания малого мяча на	1	Разминка с мешочками. Тестирование метания малого мяча на	Задания нет	Знать, как проводится тестирование метания малого мяча на точность, как играть в подвижную	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Развитие предметной ловкости

			точность.		точность. П/и «Ловишка с мешочком на голове»		игру «Ловишка с мешочком на голове»	<p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мешочками, сдавать тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
<b>Подвижные игры</b>	90		Подвижные игры для зала	1	Разминка с игровым упражнением «Запрещённое движение». Подвижные игры для зала. Игровое упражнение на равновесие	Задания нет	Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещённое движение», выбирать подвижные игры для зала</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Развитие силовых способностей
<b>Лёгкая атлетик</b>	91		Беговые упражнения	1	Разминка в движении.	Задания	Знать, какие бывают беговые упражнения.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной	Развитие мотивов учеб-	Формирование осанки

а			ия		Беговые упражнения. П/и «Колдунчики»	я нет	Уметь играть в п/и «Колдунчики»	<p>полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образам и заданному примеру.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, играть в подвижную игру «Колдунчики»</p>	ной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
	92		Тестирование бега на 30 м с высокого старта.	1	Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Хвостики»	Задания нет	Знать, как сдается тестирование бега на 30 м с высокого старта. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование бега на 30 м, играть в подвижную игру «Хвостики»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Развитие координации движений
	93		Тестирование челночного бега 3х 10 м	1	Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3 х 10 м.	Задания нет	Знать, как сдается тестирование челночного бега 3х 10 м. Уметь играть в подвижную игру	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Развитие гибкости

					Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»		«Бросай далеко, собирай быстрее»	<p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
	94	Тестирование метания мешочка на дальность.	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мешочка на дальность. П/и «Бросай далеко, собирай быстрее»	Задания нет	Знать, как сдается тестирование метания мешочка на дальность. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, сдавать тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Развитие предметной ловкости	
Подвиж	95	Командна	1	Разминка,	Зад	Знать, что такое	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать	Развитие	Развитие	

ные игры		я подвижна я игра «Хвостик и»		направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	ани я нет	координация движений, Для чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверст- никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со- здавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	координации движений
96		Русская народная подвижна я игра «Горелки »	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Го- релки» и «Игра в птиц»	Зад ани я нет	Знать правила игры «Горелки» и стихотворное сопровождение к ней. Уметь играть в подвижную игру «Игра в птиц»	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц»	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и исто- рию России; формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества	Развитие предметной ловкости

									со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях	
97		Командные подвижные игры.	1	Разминка в движении. Подвижные игры «Хвостики», «День и ночь»	Задания нет	Знать правила игры «День и ночь», понимать, что значит команда. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Развитие предметной ловкости	
98		Подвижные игры с мячом	1	Разминка в движении. Подвижные игры «Вышибалы», «Ловишка», «Игра в птиц с мячом»	Задания нет	Знать игры, в которых используется мяч, правила игр «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со-	Развитие предметной ловкости	



									здавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
99		Подвижные игры.	1	Разминка в виде салок. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов учебного года	Задания нет	Знать, как выбирать подвижные игры, как подводить итоги учебного года	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги учебного года</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Развитие предметной ловкости	