Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Туруханская средняя школа №1» (МБОУ «Туруханская СШ № 1»)

Согласовано Утверждено

зам . директора по УВР Директор

Е. А. Чакуриди ………… Т. В.Рыбянец

«31» августа 2021 г. Приказ № 01-03-60

от «31» августа 2021 г

**Рабочая Программа**

**учебного предмета «Физическая культура» во 2 «А» классе**

Хмелёва Светлана Антоновна

2021/2022 учебный год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящая рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемыми результатами начального общего образования, программы формирования универсальных учебных действий.

1. Матвеев, А. П. Физическая культура. 2 класс : учеб.для общеобразоват. учреждений / А. П. Матвеев. – 4-е изд. – М. : Просвещение, 2010. – 111 с. : ил. (Академический школьный учебник).

2. Матвеев, А. П. Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы / А. П. Матвеев. – 5-е изд. – М. :Просвещение, 2009.

Общая характеристика учебного предмета «Физическая культура»

**Цели:**

- формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;

-выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам деятельности;

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

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений;

- содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира - частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма - одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества - осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Основное содержание учебного предмета

Знания о физической культуре.

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры

и первых соревнований. Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на

физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.

Способы физической деятельности.

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

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение

подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование.

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

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

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

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

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

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

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

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

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

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

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

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

На материале спортивных игр: футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола. Общеразвивающие упражнения (на материале гимнастики с основами акробатики: развитие гибкости, координации, силовых способностей, формирование осанки; на материале легкой атлетики: развитие координации, быстроты, выносливости, силовых способностей; на материале лыжной подготовки: развитие координации, выносливости)

Планируемые результаты изучения учебного предмета

Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура» разработаны в соответствии с особенностями структуры и содержания данного курса.

Личностные результаты:

У обучающегося будут сформированы:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Мета предметные результаты:

Обучающийся научится:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

-планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня,

-организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;

-изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика

ей роли и значения в жизнедеятельности человека;

-представление физической культуры как средства укрепления здоровья,

-физического развития и физической подготовки человека;

-измерение индивидуальных показателей физического развития, развитие

основных физических качеств;

-оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при

выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение

при объяснении ошибок и способов их устранения;

-организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов

соревнований, осуществление их объективного судейства;

-бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение

требований техники безопасности к местам проведения;

-взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр

и соревнований;

-выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях;

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

-нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.

Целевая ориентация программы

Настоящая рабочая программа учитывает особенности 2а класса. В классе 22 обучающихся. Обучающиеся в процессе занятий физической культурой укрепляют здоровье, совершенствуют физические качества, усваивают определенные двигательные действия, активно развивают мышление, творчество и самостоятельность с учетом индивидуальных и возрастных особенностей.

Целенаправленное комплексное психолого-педагогическое и медико-социальное сопровождение обучающихся в условиях начальной общеобразовательной школы должно быть направлено на формирование оптимальных психолого-педагогических коррекционно-развивающих условий воспитания и образования для ребёнка с проблемами в развитии и поведении в соответствии с его возрастными и индивидуальными особенностями, уровнем актуального развития, состоянием соматического и нервно-психического здоровья, обеспечивающих развитие механизмов компенсации и социальной интеграции воспитанника.

**Легкая атлетика (11 ч) 9ч**

**Кроссовая подготовка (14 ч) 9ч**

**Гимнастика (18 ч) 10ч**

**Подвижные игры (18 ч) 10ч**

**Подвижные игры на основе баскетбола (24 ч) 17ч**

**Кроссовая подготовка (10 ч) 7ч**

**Легкая атлетика (10 ч) 6ч**

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Сроки** | **Тема урока** | **Решаемые проблемы** | **Планируемый результат (в соответствии с ФГОС)** | | | |
| **понятия** | **предметный результат** | **УУД** | **Личностный результат** |
|  | | | | | | | |
| 1 |  | Правила безопасности на уроках физической культуры.  Игра «Пустое место». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями. | О физической культуре, гигиенических требованиях, первоначальные представления о строевых командах. | Познакомятся с общими представлениями об основных понятиях и правилах. | Регулятивные: организация рабочего места.  Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия.  Коммуникативные: умение слушать, задавать вопросы | Формировать положительное отношение к урокам физкультуры. |
| 2 |  | Тестирование бега 30м с высокого старта. Подвижная игра «Хвостик». | Цель: формировать знания и представления о разновидностях спортивного инвентаря и оборудования; техника высокого старта, тестирование бега на 30 м с высокого старта. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять строевые упражнения на месте и в движении, технику высокого старта, сдавать тестирование бега на 30 м с высокого старта.. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью. | Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учится нести личную ответственность за здоровый образ жизни. |
| 3 |  | Перекаты вправо-влево. Кувырок вперед. Игра «Передача мяча в тоннеле». | Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника. | О перекатах вправо-влево, группировка, кувырок вперед. | Научатся держать группировку, выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево, разминку с мешочком | Регулятивные: удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем.  Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.  Коммуникативные: Взаимодействовать друг другу соблюдая правила безопасности, | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни и доброжелательно относится к партнёрам по игре. |
| 4 |  | Техника челночного бега с высокого старта. Подвижная игра «Хвостик» | Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять строевые команды, беговую разминку, технику челночного бега с высокого старта. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач  Коммуникативные: Поддерживать друг друга. | Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов. |
| 5 |  | Основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений). Игра «Марш с закрытыми глазами». | Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника. | Об основных физических качеств (сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость, координация движений). | Научатся ориентироваться в понятиях: физические качества, сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений. Соблюдать правила поведения на уроке. | Регулятивные: научатся удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.  Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся ответственному отношению за общее благополучие и умению не создавать конфликтов. |
| 6 |  | Кувырок вперед. Игра на внимание. | Цель: совершенствовать технику выполнения кувырков вперед. | Об основных положениях и движениях ног. | Научатся выполнять разминку с мешочками в движении, перекаты вправо-влево, группировку, кувырок вперед. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия | Адекватная мотивация. |
| 7 |  | Измерение уровня развития основных физических качеств. Игра «Марш с закрытыми глазами». | Цель: научить использовать двигательный опыт в массовых формах соревновательной деятельности. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся понимать необходимость развития основных физических качеств и как измерять их уровень развития. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к зарядке. |
| 8 |  | Метание мешочка на дальность. Игра «Бросай далеко, собирай быстрее». | Цель: формировать знания и представления о правилах правильного дыхания при выполнении физических упражнений. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций. |
| 9 |  | Усложненные кувырки вперед. | Цель: формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при кувырках вперед. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять строевые команды, разминку с мешочками в движении, группировку, усложненный вариант выполнения кувырков вперед, упражнения на внимание. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к зарядке. |
| 10 |  | Подвижная игра «Мышеловка» | Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения игры «Мышеловка» | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, технику «оленьего» бега. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов. |
| 11 |  | Беговые упражнения из различных исходных положений. Игра «Мышеловка». | Цель: формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при беге. | Об беге из различных положениях. | Научатся выполнять строевые упражнения, разминку, направленную на развитие координации движений. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми. | Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов. |
| 12 |  | Игровые упражнения скувырками,перекаты. | Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения игровых упражнений с кувырками. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять строевые команды, разминку с мешочками в движении, кувырок вперед, игровые упражнения с кувырками, упражнения на внимание. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.  Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций. |
| 13 |  | Подвижная игра «Бегуны и прыгуны». Развитие выносливости. | Совершенствование упражнений на внимание и двигательную память. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 14 |  | Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Лови-стучи». | Цель: активизировать деятельность учащихся при тестировании прыжков в длину. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | *Научатся выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, прыжка в длину с места.* | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве. | Адекватная мотивация. |
| 15 |  | Кувырок вперёд. Подвижная игра «Бездомный заяц». ОРУ. | Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения кувырков назад. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку с массажными мячами, кувырки вперед назад, упражнения на внимание. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми | Адекватная мотивация. |
| 16 |  | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Лови-стучи».  Бег на выносливость – тест. | Цель: совершенствование двигательного опыта в массовых формах соревновательной деятельности. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку с малым мячами, упражнения на внимание, сдавать тестирование подъема туловища из положения лежа на 30 с. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимопомощи и взаимоподдержки | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 17 |  | Тестирование наклона вперед из положения сидя. Подвижная игра «Бездомный заяц» | Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения наклонов вперед из положения стоя. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять упражнения на внимание, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 18 |  | Кувырок назад. Подвижная игра «Бездомный заяц» | Цель: формировать знания и представления детей о преимуществах здорового образа жизни, о правильной осанке. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять кувырки вперед и назад, упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке |
|  | | | | | | | |
| 19 |  | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Игра «Бездомный заяц» | Цель: продолжать формировать понятия о здоровом образе жизни.; формировать знания и представления о безопасном поведении при подтягивании на низкой перекладине. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку со средними обручами (кольцами); сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Адекватная мотивация. |
| 20 |  | Тестирование броска мяча в горизонтальную цель. Игра «Вышибалы». | Цель: продолжать формировать понятия о здоровом образе жизни.; формировать знания и представления о безопасном поведении при броске мяча. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища. | Научатся выполнять упражнения на движение и внимание. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 21 |  | Стойка на лопатках. «Мост».  Бросок мяча в горизонтальную цель. | Цели: формировать знания и представления о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями в спортивном зале; научить расчёту на три, делать стойку. | Разминка, стойка, лопатка, мост, кувырок | Научатся выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, стойку на лопатках, «мост», кувырок назад. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 22 |  | Тестирование виса и проверка волевых качеств. Игра «Вышибалы вслепую». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений волевых качеств. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку со скакалками, упражнения на внимание и координацию движений. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 23 |  | Строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой», «против ходом», «по диагонали». Игра «Вышибалы вслепую». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении строевых упражнений. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой», «против ходом», «по диагонали». | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 24 |  | Стойка на лопатках. «Мост».  ???? | Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Выполнение учебной задачи. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 25 |  | Подвижная игра «Осада города». | Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Выполнение учебной задачи | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействии с окружающими людьми. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 26 |  | Подвижные игры. | Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Выполнение учебной задачи | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 27 |  | Кувырок вперед в группировке. Подвижная игра «Кружева» | Цель: научить уверенному поведению и само страховке при выполнении упражнений. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Выполнение учебных задач по развитию гибкости. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 28 |  | Лазание по гимнастической стенке. | Цель: формировать знания и представления об оказании первой помощи при ушибах, которые могут возникнуть при лазаниях и перелезай. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 29 |  | Кувырок вперед в группировке с трех шагов. Подвижная игра «Кружева». | Цель: продолжать формировать представления о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | .научатся выполнять кувырок вперед в группировке, кувырок вперед в группировке с трех шагов. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 30 |  | Лазание по гимнастической стенке. | Цель: продолжать совершенствовать технику выполнения лазания по гимнастической стенке. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 31 |  | Подвижная игра «Кружева» с мешочком на голове». | Цель: активизировать игровую деятельность учащихся. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку с мешочками, играть в подвижную игру. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 32. |  | Упражнения на развитие гибкости: «мост», стойка на лопатках. | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на развитие гибкости. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять «мост», «Стойку на лопатках, серию кувырков вперед, упражнения на равновесие. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
|  | | | | | | | |
| 33 |  | Упражнения на кольцах. Игра «Салки». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на кольцах. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку с кольцами, висы углом и согнувшись на гимнастических кольцах. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 34 |  | Полу переворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках. Игра «Салки с мешочком на голове». | Цель: формировать знания и представления о полу переворотах назад в стойку на коленях из стойки на лопатках. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку на скамейках, серию кувырков вперед, полу переворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 35. |  | Кувырок назад в группировке. Игра «Салки с мешочком на голове». | Цель: продолжать формировать представления о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять полу переворот на коленях из стойки на лопатках, кувырок назад в группировке, упражнения на равновесии. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 36. |  | Упражнения на кольцах. | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на кольцах. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять висы углом и согнувшись на гимнастических кольцах | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 37. |  | Вис на согнутых руках на низкой перекладине. Игра «Удочка» | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять кувырок назад в группировке, вис на согнутых руках на низкой перекладине. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 38. |  | Разновидности висов. Игра «Удочка». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять кувырок вперед в группировке, кувырок назад, висы на низкой перекладине. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 39. |  | Вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах. Игра «Жмурки». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять висы углов, согнувшись, прогнувшись на гимнастических кольцах, упражнение на внимание. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 40. |  | Лазание по гимнастической стенке. Игра «Жмурки» | Цель: продолжать совершенствовать технику выполнения лазания по гимнастической стенке. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научаться выполнять разминку у гимнастической стенки, висы на низкой перекладине, лазание по гимнастической стенке. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 41. |  | Подвижная игра «Медведи и пчелы». | Цель: активизировать игровую деятельность учащихся. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся играть в подвижную игру «Медведи и пчелы». | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 42. |  | Висы согнувшись и прогнувшись на гимнастических кольцах. Игра «Пчелы». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять висы углом, согнувшись и прогнувшись на гимнастических кольцах. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 43. |  | Игровые упражнения. Игра «Медведи и пчелы». | Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять игровые упражнения на гимнастических скамейках. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 44. |  | Подвижная игра «Ловля обезьян». | Цель: активизировать игровую деятельность учащихся. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся играть в подвижную игру «Ловля обезьян». | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 45. |  | Перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах. Игра «Ловля обезьян». | Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействии с окружающими людьми. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 46. |  | Прыжки с поворотом на 180\* и 360\*. Игра «Ловля обезьян». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении прыжков с поворотом на 180\* и 360 \*. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять прыжки с поворотом на 180\* и 360\*, упражнения на равновесие и внимание. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 47. |  | Подвижные игры. | Цель: активизировать игровую деятельность учащихся. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку с мешочками, играть в подвижную игру. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 48. |  | Перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах. Игра «Совушка» | Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействии с окружающими людьми. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 49. |  | Передвижения на лыжах ступающим шагом. | Цель: формировать знания о правилах оказания первой помощи при занятиях физическими упражнениями в зимний период времени. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять организующие команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», технику ступающего шага. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 50. |  | Передвижение на лыжах скользящим шагом.(имитация) | Цель: формировать знания и представления младших школьников о соблюдении «температурного режима» при занятиях на лыжах. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять организующие команды, скользящий шаг на лыжах без палок, ступающий шаг на лыжах без палок. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 51. |  | Упражнения на кольцах. | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения на кольцах. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять упражнения с обручами, упражнения на кольцах, висы углом, согнувшись, прогнувшись. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 52. |  | Передвижение на лыжах с палками скользящим шагом. | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять скользящий шаг на лыжах с палками и без. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 53. |  | Передвижение на лыжах с палками и попеременным двушажным ходом. | Цель: совершенствовать умения передвигаться на лыжах с палками попеременным двушажным ходом. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять скользящий шаг на лыжах с палками, повороты «веером» на лыжах, передвижение попеременным двушажным ходом. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 54. |  | Вращение обруча. | Цель: формировать умения вращать обруч, игровые упражнения на реакцию и внимание | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку с обручами, вращение обруча, игровые упражнения на реакцию и внимание. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 55. |  | Передвижение на лыжах с палками одновременным одношажным ходом. | Цель: формировать знания и представления о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять попеременный двушажный ход, одновременный одношажный ход. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 56. |  | Подъем на склон «лесенкой» на лыжах. Игра «Кто дальше?». | Цель: совершенствовать умения передвигаться «лесенкой» на склон. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять подъем на склон «лесенкой» на лыжах. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 57. |  | Лазание по канату. | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при лазании по канату. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся лазать по канату. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасность друг друга. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 58. |  | Подъем на склон «елочкой» на лыжах. Игра «Кто дальше?». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять организующие команды «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге», «На лыжи становись!», подъем на склон «елочкой». | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 59. |  | Торможение «плугом» на лыжах. Подвижная игра «Кто дальше бросит?» | Цель: формировать умения торможения «плугом» на лыжах. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять подъем на склон «лесенкой», и «елочкой». | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 60. |  | Лазание по канату. Игра «Вышибалы». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при лазании по канату. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся лазать по канату, выполнять упражнения на  внимание и равновесие.. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасность друг друга | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 61. |  | Подвижная игра на лыжах «Прокатись через ворота». | Цель: формировать умения играть в подвижные игры. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся быть уверенными в своих спортивных способностях | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 62. |  | Подвижная игра на лыжах «Подними предмет!» | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся быть уверенными в своих спортивных способностях | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действия в ситуациях общения. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 63. |  | Упражнения со скакалками. Игра «Ловля обезьян». | Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять упражнения со скакалкой, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные :владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 64. |  | Движение на лыжах с палками «змейкой». Подвижная игра «Подними предмет». | Цель: формировать умения двигаться на лыжах с палками «змейкой» | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками, движение на лыжах с палками «змейкой», подъем на склон, спуск со склона. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные :владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 65. |  | Прохождение дистанции 1000метров на лыжа на время. | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся проходить дистанцию 1000 метров на лыжах на время. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные :владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 66. |  | Прыжки через скакалку.ОРУ | Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 67. |  | Броски набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения стоя. Подвижная игра «Горячая линия». | Цель: формировать знания и представления о бросках мяча способом снизу из положения стоя. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять организующие команды, технику броска набивного мяча способом снизу из положения стоя. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 68. |  | Броски набивного мяча весом 1 кг из положения сидя. Подвижная игра «Гонка мячей в колонах». | Цель: формировать знания и представления о бросках мяча из положения сидя. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять организующие команды, броски набивного мяча из положения сидя. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 69. |  | Прыжки в скакалку. Игра «Собачка» | Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Выполнение учебной задачи. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 70. |  | Прыжок в высоту с прямого разбега. Игра «Собачка» | Цель: формирование представлений о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять прыжок в высоту с прямого разбега. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
|  | | | | | | | |
| 71. |  | Первые спортивные соревнования. Игра «Искатели сокровищ». | Цель: формировать знания и представления о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку в сочетании с игрой «Зеркало», прыжок в высоту с прямого разбега, понимать, как появились первые спортивные соревнования. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 72. |  | Прыжки в скакалку. | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку со скакалками, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 73. |  | Прыжок в высоту спиной вперед. Игра «Забросай мячами». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять прыжки в высоту спиной вперед с прямого разбега, упражнения на координацию и расслабление. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 74. |  | История появления мяча. Подвижная игра «Поймай подачу». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять организующие команды, разминку с мячом, прыжок в высоту спиной вперед, нижнюю подачу. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |
| 75. |  | Стойка на голове. Подвижная игра «Поймай подачу». | Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять стойку на голове, перекаты. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 76. |  | История зарождения древних Олимпийских игр. Подвижная игра «Поймай подачу». | Цель: формировать знания и представления о зарождении древних Олимпийских играх. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся понимать историю зарождения древних Олимпийских игр. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 77. |  | Подвижная игра с мячом. | Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Выполнение учебной задачи. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 78. |  | Стойка на голове. Подвижная игра «Охотники и утки». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведении при выполнении упражнений в равновесии. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку на матах, стойку на голове, перекаты, игровое упражнение на внимание. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 79. |  | Владение мячом на месте и в движении. Подвижная игра «Дальний бросок». | Цель: формировать знания и представления о владении мячом на месте и в движении. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять организационные команды, разминку с мячом, стойку баскетболиста, передвижение в стойке баскетболиста, ведение мяча на месте и в движении. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 80. |  | Упражнения с мячом, направленные на развитие координации движений и ловкости. Игра «Из обруча в обруч». | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять организационные команды, разминку, направленную на развитие координации движений, остановку в шаге, остановку прыжком, ведение мяча, передачи мяча, броски мяча в кольцо. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 81. |  | Повторение акробатических элементов. | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку на матах с мячами, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост», стойку на голове. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 82. |  | Выполнение упражнений с мячами в парах. Игра «Сбей кегли противника» | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять передачи мячам в парах, броски мяча в баскетбольное кольцо, ведение мяча. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 83. |  | Тестирование подъема туловища за 30 с. Игра «Сбей кегли противника». | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять подъемы туловища за 30 с. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 84. |  | Повторение акробатических элементов. Игра «Сбей кегли противника» | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку на матах с мячами, кувырок вперед, стойку на голове, стойку на лопатках. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасность друг друга. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 85. |  | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. | Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять подтягивание на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 86. |  | Тестирование наклона вперед из положения стоя. Игра «Вышибалы». | Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять наклоны вперед из положения стоя. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 87. |  | Упражнения на уравновешивание предметов. Игра «Сбей кегли противника». | Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять упражнения на уравновешивание предметов, игровые упражнения с массажными мячами. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 88. |  | Тестирование виса на время. Игра «Поймай подачу». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять висы на время, броски мяча в горизонтальную цель Упражнения на внимание. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 89. |  | Тестирование бросков мяча в горизонтальную цель. Игра «Ловушка». | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять тестирование бросков мяча в горизонтальную цель. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 90. |  | Упражнения на уравновешивание предметов. Игра «Хвостик». | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять упражнения на уравновешивания предметов, игровые упражнения с массажными мячами. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 91. |  | Тестирование прыжка в длину с места. Игра в футбол. | Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять прыжки в длину с места, упражнения на внимание, соблюдать усвоенные правила и играть в спортивную игру футбол. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 92. |  | Спортивная игра футбол. | Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять ведение мяча, футбольные упражнения с мячом, упражнения на внимание, играть в спортивную игру футбол. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 93. |  | Круговая тренировка. Игра «Хвостик». | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 94. |  | Высокий старт и правильный поворот в челночном беге. Игра «Метко в цель». | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять технику высокого старта, технику поворотов в челночном беге, челночный бег. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 95. |  | Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Игра «Класс, смирно!». | Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять бег на 30 м с высокого старта, играть в спортивную игру футбол. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 96. |  | Круговая тренировка. Игра «Бросок ногой» | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, следить за безопасностью друг друга. | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 97. |  | Тестирование челночного бега 3 х 10 м. Игра «Флаг на башне». | Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 98. |  | Тестирование метания мешочка на дальность. Игра «Перекинь через убегающего». | Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 99. |  | Круговая тренировка. Игра «Совушка». | Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся проходить станции круговой тренировки. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 100. |  | Тестирование бега на 1000 м. Игра «Марш закрытыми глазами». | Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование бега на 1000 м. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 101. |  | Подвижные и спортивные игры. | Цель: активизировать игровую деятельность учащихся. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся выполнять игровую разминку, играть в подвижные игры и спортивные игры. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения | Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. |
| 102. |  | Подведение итогов года Игра «Совушка» | Цель: активизировать игровую деятельность учащихся. | Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. | Научатся подводить итоги года, играть в подвижные игры. | Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.  Познавательные: использовать общие приемы решения задач.  Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. | Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций |