МБОУ «Сулгачинская средняя общеобразовательная школа

им.Константинова И.И.-Дэлэгээт Уйбаан»

МР «Амгинский улус (район)»

«Рассмотрено» : «Согласовано»: «Утверждено»:

На заседании МОФОЦ зам.директора по УВР директор Сулгачинской СОШ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_ Слепцова И.С \_\_\_\_\_\_\_\_\_Никифоров А.И.

«\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_20 \_\_\_ г. «\_\_» \_\_\_\_\_\_20\_\_\_г «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_г

**Рабочая учебная программа**

По учебному предмету **«Физическая культура»**

**Для 4 класса**

Срок реализации 2018-2019 учебный год

Принято на заседании

Педагогического совета

Протокол №1

От 30августа 2018г

Учитель: Варламов Андрей Иннокентьевич

с.Сулгаччы 2018г

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

При составлении рабочей программы учитель руководствовался следующими нормативными документами:

* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и   науки Российской Федерации от 6 октября  2009 г. № 373» (Зарегистрирован в Минюсте России 02.02.2016 № 40936).
* Базисный учебный план, утвержденный постановлением Правительства РС (Я) от 30 июня 2005 года № 373, с изменениями по приказу МО РС (Я) №01-16/2516 от 25.08.2011;

Рабочая программа по физической культуре разработана в соответствии с основными положениями ФГОС НОО, основана на программе по предметной линии учебников В.И.Ляха и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1-4 классы»» (М.: Просвещение).

Программа полностью отражает базовый уровень подготовки школьников, конкретизирует содержание тем образовательного стандарта.

Вариативная часть- включает в себя программный материал по национальным видам спорта и подвижным играм. Народная азбука физического воспитания дошкольников в Республике Саха(Якутия)/ А.В. Анохина, К.Алаас, Ю.П.Баишев; М-во образования Рос.Федерации, Якут.гос.ун-т им.М.К.Аммосова.-Якутск: Сахаполиграфиздат,2002

**Общая характеристика предмета**

Физическая культура- это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Учебный предмет «Физическая культура является основой физического воспитания школьников. Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышления, творчество и самостоятельность

**Цель обучения*- формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.***

**Задачи обучения:**

– формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

- Изучение системы физического воспитания детей у народа саха, его обычаи, традиции, подвижные и спортивные игры;

-приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интереса к определенным видам двигательной активности и выделения предрасположенности к тем или иным видам спорта;

-укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению; содействие гармоничному физическому развитию;

-овладение школой движения;

– развитие координационных ( равновесие, временных и силовых параметров движений, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений) и кондиционных ( скоростные, скоростно- силовые, выносливость, гибкость) способностей;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене влиянии физических упражнений на состояние здоровья;

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

-формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

- Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физическими упражнениями, развитию психических процессов (восприятие и представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности

**Учебный план**

Физическая культура в 4 классе отводится 102часа (3 часа в неделю) третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки РФ от 30 августа 2010 №889.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тема | Количество часов | Количество контрольных работ (тестирований) |
| Знание о физической культуре | 4 | 1 |
| Легкая атлетика | 33 | 12 |
| Гимнастика с элементами акробатики | 21 | 4 |
| Подвижные игры | 27 | 5 |
| Национальные игры и виды спорта | 5 | 2 |
| Лыжная подготовка | 12 | 1 |
| Общее количество часов | 102 | 25 |

Программа для 4 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

***Личностные результаты***

- формирование чувства гордости за свою Родину, осознание этнической национальной принадлежности;

-формирование уважительного отношения к культуре народа саха и других народов;

- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

-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, общие цели и пути их достижения;

-договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;

- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, готовности 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, 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), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

-овладение умением организовывать здоровьесберегающую деятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры)

– формирование навыка самостоятельного систематического наблюдения за свои физическим состоянием (рост, вес, масса тела),величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств

**Содержание программы**

***К концу учебного года учащиеся научатся:***

*По разделу « ЗНАНИЕ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»***-**выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, рассказывать историю появления мяча и футбола, объяснять, что такое физкультминутка и зарядка, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека, правила обгона на лыжне.

По разделу «ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»- технике высокого старта, пробегать на скорость дистанцию 30м и 60м с высокого старта, выполнять челночный бег3х10м, беговую разминку, метание на дальность и точность, прыжок в длину с места и разбега, преодолевать полосу препятствий, выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, броски набивного мяча от груди, снизу и из-за головы, пробегать 1 км, передавать эстафетную палочку.

По разделу «ГИМНАСТИКА С ЭЛЕМЕНТАМИ АКРОБАТИКИ»- выполнять строевые упражнения наклон вперед из положения стоя и сидя, различные виды висов, кувырок вперед, кувырок назад, мост стойку на лопатках, стойку на голове, опорный прыжок, проходить станции круговой тренировки, лазать по канату в два и три приема прыгать скакалками упражнения с малыми мячами, обручем, лентой, подтягиваться, отжиматься;

По разделу «ПОДВИЖНЫЕ и СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»- выполнять пас ногами и руками, низом, верхом, волейбольную сетку ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, бить и бросать по воротам, бросать и ловить мяч самостоятельно и в парах, бросать мяч в баскетбольное кольцо. Играть в подвижные игры :»Ловишка», «Салки», «Бросай далеко собирай быстрее», «Волк во рву», «Кот и мыши», «белочка защитница» «медведи и пчелы», «охотники и зайцы», «перестрелка» «Точно в цель», «Антивышибалы», «Парашютисты» «Ловля объязян с мячом», «Пионербол» «Борьба за мяч».

Вариативная часть- «ЯКУТСКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ИГРЫ»- «Харбас харата», «О5устар харсыЬыылара», «Ботуктэьии», национальные прыжки «кылыы», «ыстана» «Куобах», виды единоборства «Хапсагай», «перетягивание палки»

По разделу «ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА»-передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками и без них, торможение падением, проходить дистанцию 2 км на лыжах,обгонять друг друга, подниматься на склон «полуёлочкой», «елочкой», спускаться в основной стойке, передвигаться «Змейкой» играть в подвижную игру на лыжах «Накаты» и «подними предмет»;

**Календарно-тематический план 4 класса**

**1 четверть. (24 ч.).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | | **Темы уроков** | **Дата по плану** | **Дата фактич** | **Планируемые результаты** | | | | |
| **Предметные** | **Метапредметные УУД** | | **Личностные у ниверсальные учебные действия** | |
| 1 | | Организационно-методические требования на уроках физической культуры | 3.09 |  | Знать организационно методические требования, строевые упражнения  «Ловишки и «Колдунчики» | Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | |
| 2 | | Тестирование бега на 30м с высокого старта | 5.09 |  | Выполнять беговую разминку, знать правила тестирования бега на 30м  «Салки с домиками» | Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения  Регулятивное:  Адекватно оценивать собственное поведение  Познавательные: рассказывать правила тестирования и правила п/игр | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | |
| 3 | | Челночный бег | 7.09 |  | Выполнять разминку движения, знать технику выполнения Ч\бега  «Флаг на башне» | Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками ,слушать и слышать друг друга  Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели  Познавательные показывать и рассказывать технику выполнения Ч/бега и правила игр «прерванные пятнашки» | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | |
| 4 | | Тестирование челночного бега 3х10 | 10.09 |  | Знать правила Ч/бега 3Х10м, | Сохранять доброжелательные отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.  Адекватно понимать оценку взрослого и  Сверстников.  Рассказывать правила тестирования ч\Бега и правила игры «Колдунчики» | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | |
| 5 | | Тестирование бега на 60м с высокого старта | 12.09 |  | Знать правила Ч/бега 3Х10м, | Сохранять доброжелательные отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.  Адекватно понимать оценку взрослого и  Сверстников.  Рассказывать правила тестирования ч\Бега и правила игры «Колдунчики» | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | |
| 6 | | Тестирование метания м/мяча на дальность | 14.09 |  | Знать технику метания мяча на дальность, выполнять разминку.  п/и «Бросай далеко, собирай быстрее»» | Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать.  Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  Рассказывать и показывать технику выполнения метания на дальность, правила игр «Бросай далеко, собирай быстрее»» | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности | |
| 7 | | Техника паса в футболе | 17.09 |  | Знать, какие варианты пасов можно применять в футболе, «собачки ногами» | Уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | |
| 8 | | Спортивная игра «Футбол» | 19.09 |  | Знать историю футбола, технику выполнения различных пасов, правила игры | Слышать и слушать друг друга и учителя, с достаточной полнотой выражать свои мысли  Видеть ошибки и исправлять, сохранять заданную цель | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 9 | | Техника прыжка в длину с разбега | 21.09 |  | Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, разминку в движении  Понимать правила игры «Футбол» | Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  Рассказывать о физ качествах, выполнять прыжок в длину с разбега. | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умение выходить из спорных ситуаций | |
| 10 | | Прыжок в длину с разбега на результат | 24.09 |  | Выполнять прыжок в длину с разбега на результат знать правила игры «Салки» «флаг на башне» | Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  Видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель  Рассказывать о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. | |
| 11 | | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега | 26.09 |  | Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега  «Командные собачки» | Добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Устанавливать рабочие отношения. | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 12 | | Контрольный урок по футболу | 28.09 |  | Знать как проходит контрольный урок по футболу. Правила игры «Футбол» | Содействовать сверстникам в достижении цели устанавливать рабочие отношения. | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 13 | | Тестирование метания м/мяча на точность | 1.10 |  | Знать правила тестирования метания малого тмяча на точность правила игры «Вышибалы» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника | | Развитие этических чувств, доброжелательности, развитие навыков сотрудничества | |
| 14 | | Тестирование наклона вперед из положения стоя | 3.10 |  | Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя  «Перестрелка» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. | |
| 15 | | Тестирование подъёма туловища из положения лежа за 30сек | 5.10 |  | Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 сек  Перестрелка» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 16 | | Тестирование прыжка в длину с места | 8.10 |  | Знать правила проведения тестирования  «волк во рву» | Эффективно сотрудничать, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 17 | | Тестирование подтягивания и отжимания | 10.10 |  | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий  «Антивышибалы» | Добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Устанавливать рабочие отношения. | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 18 | | Тестирования виса на время | 12.10 |  | Знать правила тестирования виса на время  «вышибалы» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 19 | | Броски и ловля мяча в парах | 15.10 |  | Знать варианты бросков и ловли мяча в парах  «Защита стойки» | Слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль ,коррекция, умение убеждать)  Контролировать свою деятельность по результатам ,видеть свои ошибки | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Принятие и освоение социальной роли обучающегося, умений не создавать конфликты | |
| 20 | | Броски мяча в парах на точность | 17.10 |  | Знать какие варианты существуют бросков и ловли мяча в парах на точность | Добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Устанавливать рабочие отношения.  Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Принятие и освоение социальной роли обучающегося, умений не создавать конфликты | |
| 21 | | Броски и ловля мяча в парах | 19.10 |  | Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность «Капитаны» | Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. | | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находит выходы из разных спорных ситуаций | |
| 22 | | Броски и ловля мяча в парах у стены | 22.10 |  | Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч  «Капитаны» | | Слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Принятие и освоение социальной роли обучающегося, умений не создавать конфликты |
| 23 |  | Подвижная игра «Осада города» | 24.10 |  | Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить отскочивший от стены мяч | | С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 24- |  | Броски и ловля мяча | 26.10 |  | Знать, как бросать и ловить мяч | | Обеспечивать бесконфликтную совместную работу  Осуществлять действие по образцу и заданному правилу | | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находит выходы из разных спорных ситуаций |

**2 четверть. (24 ч.).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы уроков** | **Дата по плану** | **Дата факт** | **Планируемые результаты** | | | | |
| **Предметные** | **Метапредметные УУД** | | | **Личностные УУД** |
| 25 | ТБ по гимнастике. Кувырок вперед | 5.11 |  | Знать технику выполнения кувырка вперед с места, с трех шагов  «удочка» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения ,развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 26 | Кувырок вперед с разбега и через препятствие | 7.11 |  | Знать как выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега и через препятствие | Обеспечивать бесконфликтную совместную работу  Осуществлять действие по образцу и заданному правилу | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения ,развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 27 | Знание ФК Зарядка | 9.11 |  | Знать что такое зарядка, правила ее выполнения, какие варианты бывают  «мяч в туннеле» | Обеспечивать бесконфликтную совместную работу  Видеть свою ошибку и исправлять, сохранять заданную цель | | | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находит выходы из разных спорных ситуаций |
| 28-29 | Кувырок назад | 12-14.11 |  | Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед | Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  Осуществлять действие по образцу и заданному правилу  Уметь делать зарядку, играть «мяч в туннеле» | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе нравственных нормах |
| 30 | Круговая тренировка | 16.11 |  | Знать как делать зарядку, какие станции круговой тренировки существуют, правила выполнения игрового упражнения на внимание | Представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме, устанавливать рабочие отношения  Адекватно оценивать оценку взрослого и сверстников  Выполнять зарядку, проходить станции круговой тренировки | | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей ичувств. |
| 31-32 | Стойка на голове и на руках | 19-21.11 |  | Знать как проводится зарядка технику выполнения стойки на голове  «Парашютисты» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе нравственных нормах |
| 33 | Гимнастика и ее история и значение в жизни человека | 23.11 |  | Знать историю гимнастики, ее значение в жизни человека, правила составления зарядки, технику выполнения стоки на голове и на руках | Добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию  Уметь рассказать об истории гимнастики выполнять стоку на голове и на руках игру «парашютисты» | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 34 | Гимнастические упражнения | 26.11 |  | Знать какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают | Устанавливать рабочие отношения, слушать слышать друг друга и учителя  Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.  Выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание | | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей ичувств |
| 35-36 | Вис | 28-30.11 |  | Знать какие варианты существуют в исов, как их выполнять, правила «Ловля обезьян» | Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание  Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  Выполнять различные варианты висов | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 37 | Лазанье по гимнастической стенке и висы | 3.12 |  | Знать как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения виса завесом одной и двумя ногами  правила «Ловля обезьян с мячом» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  Уметь лазать по гимнастической стенке | | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 38 | Круговая тренировка | 5.12 |  | Знать как проходит станции круговой тренировки  Правила игры «Удочка | Представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме, устанавливать рабочие отношения  Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника | | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 39 | Прыжки в скакалку | 7.12 |  | Знать как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила игры « Горячая линия» | Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. | | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 40 | Прыжки в скакалку в тройках | 10.12 |  | Знать как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, самостоятельно и в тройках | Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. | | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 41 | Лазанье по канату в два приема | 12.12 |  | Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках  Правила игры «будь осторожен» | Представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме, устанавливать рабочие отношения  Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника | | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 42 | Круговая тренировка | 14.12 |  | Знать как проходить станции круговой тренировки, правила игры «Игра в мяч с фигурами» | | Представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме, устанавливать рабочие отношения  Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  Уметь проходит станции круговой тренировки | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 43 | Упражнение на гимнастической скамейке с мячом | 17.12 |  | Знать комбинации упражнений на гимнастической скамейке, правила «салки» | | Обеспечить бесконфликтную совместную работу  Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  Уметь выполнять комбинированные упражнения с мячом | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 44 | Круговая тренировка | 19.12 |  | Знать как проходить станции круговой тренировки, правила игры «ловишка с мешочком на голове» | | Эффективно сотрудничать, слушать и слышать друг друга и учителя  Сохранять заданную цель видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 45 | Вращение обруча | 21.12 |  | Знать какие варианты вращения обруча существуют, правила игры « Катание колеса» | | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  Выполнять различные варианты вращения обруча | принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эстетических чувств, доброжелательности. | |
| 46 | Круговая тренировка | 24.12 |  | Знать технику выполнения стойки на голове и на руках какие станции круговой тренировки бывают правила игры «Катание колеса» | | Обеспечить бесконфликтную совместную работу  Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  Уметь выполнять комбинированные упражнения с мячом | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 47 | Полоса препятствий (71) | 26.12 |  | Знать как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, правила «удочка» | | Добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности  Преодолевать полосу препятствий выполнять подготавливающие к опорному прыжку. | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 48 | Подтягивание и отжимание( 89) | 28.12 |  | Знать технику подтягивания и отжимания | | Добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности  Уметь подтягиваться и отжиматься | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |

**3 четверть. (30 ч.).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы уроков** | Дата по плану | факт | **Планируемые результаты** | | | | |
| **Предметные** | **Метапредметные УУД** | | **Личностные УУД** | |
| 49 | Прыжок в высоту с прямого разбега(73) |  |  | Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега  Игру «вышибалы с кеглями» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, видеть свою ошибку и справлять  Уметь прыгать в высоту с прямого разбега | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находит выходы из разных спорных ситуаций | |
| 50 | Прыжок высоту с способом «перешагивания» (74) |  |  | Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега и способом «перешагивания  Правила «вышибалы с кеглями» | Представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме, устанавливать рабочие отношения  Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | |
| 51 | Знание ФК Физкультминутка |  |  | Знать что такое физкультминутки ,технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега и способом «перешагивания  Правила «вышибалы с ранениями» | Владеть монологической и диалектической формами речи  Осознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий и самокорекции  Уметь выполнять физкультминутки, прыгать высоту играть Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега и способом «перешагивания  «вышибалы с кеглями» | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности. | |
| 52 | Знакомство с опорным прыжком |  |  | Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега и способом «перешагивания и спиной вперед, опорного прыжка | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  Сохранять заданную цель  Уметь выполнять прыжки высоту, опорный прыжок | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эстетических чувств, доброжелательности. | |
| 53 | Опорный прыжок |  |  | Знать технику выполнения опорного прыжка | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  Сохранять заданную цель  Уметь выполнять опорный прыжок | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эстетических чувств, доброжелательности. | |
| 54 | Контрольный урок по опорному прыжку |  |  | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила выбранной подвижной игры | Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 55 | Броски мяча ч/волейбольную сетку |  |  | Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку  Правила игры «вышибалы через сетку» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия  Бросать мяч через сетку играть«вышибалы через сетку» | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эстетических чувств, доброжелательности. | |
| 56 | Подвижная игра «Пионербол» |  |  | Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, варианты ловли мяча правила игры «Пионербол» | Устанавливать рабочие отношения, слушать слышать друг друга и учителя  Осознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий и самокорекции  Бросать мяч через сетку играть пионербол | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эстетических чувств, доброжелательности., сотрудничества со сверстниками | |
| 57 | Упражнения с мячом |  |  | Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах правила «Пионербол» | Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать.  Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  Выполнять волейбольные упражнения, играть «пионербол» | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности умений не создавать конфликты и находит выходы из разных спорных ситуаций | |
| 58 | Волейбольные упражнения |  |  | Знать какие волейбольные упражнения бывают, правила «пионербол» | Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  Сотрудничать в совместном решении задач  Выполнять волейбольные упражнения, играть «пионербол» | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 59 | Контрольный урок по волейболу |  |  | Знать какие волейбольные упражнения бывают, правила «пионербол» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия Выполнять волейбольные упражнения, играть «пионербол» | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях | |
| 60 | Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу», и «из-за головы» |  |  | Знать технику выполнения Броска набивного мяча способами «от груди», «снизу», и «из-за головы» правила игры «точно в цель» | Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  Осуществлять действие по образцу и заданному правилу  Уметь бросать набивной мяч способами «от груди», «снизу», и «из-за головы» | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе нравственных нормах | |
| 61 | **Баскетбольные упражнения (91)** |  |  | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо , правила спортивной игры «баскетбол» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия Уметь выполнять баскетбольные упражнения, играть «баскетбол» | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | |
| 62 | Спортивная игра «Баскетбол» (93) |  |  | Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо , правила спортивной игры «баскетбол» | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо , правила спортивной игры «баскетбол»  Уметь играть Баскетбол | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях | |
| 63 | Броски мяча правой и левой рукой |  |  | Знать технику броска мяча правой и левой рукой  Игру «точно в цель» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях | |
| 64 | Знание ФК обычаи и традиции народа саха  Национальная игра «БотуктэЬии», « халбас харата» |  |  | Знать традиции и обычаи народа саха  Правила игры «ботуктэЬии» «Халбас харата» | Добывать информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества | | формирование уважительного отношения к культуре народа саха и других народов, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества | |
| 65 | Национальная игра «Оьос торбос» «о5устар харсыЬыылара» |  |  | Знать традиции и обычаи народа саха  Правила игры «оьос торбос» «о5устар харсыьыылара» | Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения.  Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку исправлять ее, сохранять заданную цель. | | формирование чувства гордости за свою Родину, осознание этнической и национальной принадлежности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества | |
| 66 | Национальные прыжки «Кылыы» |  |  | Выполнять разминку в движении. Знать технику прыжков «Кылыы» | Добывать информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества | |
| 67 | Национальные прыжки «ыстана » |  |  | Выполнять разминку в движении. Знать технику прыжков «Ыстана,» | Добывать информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества | |
| 68 | Национальные прыжки «куобах» |  |  | Выполнять разминку в движении. Знать технику прыжков « «куобах» | Добывать информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества | |
| 69 | Тестирование национальных прыжков |  |  | Знать выполнения тестирования национальных прыжков | | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях |
| 70 | Единоборства «хапсагай» |  |  | Выполнять разминку на развитие гибкости, координации знать технику выполнения единоборства «Хапсагай» | | Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать информацию с помощью вопросов  Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку исправлять ее, сохранять заданную цель. | | формирование уважительного отношения к культуре народа саха и других народов, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества |
| 71 | Перетягивание палки |  |  | Выполнять разминку на развитие гибкости, знать технику перетягивания палки | | Добывать информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества | | формирование чувства гордости за свою Родину, осознание этнической и национальной принадлежности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества |
| 72 | Подъем туловища из положения лежа 30сек |  |  | Знать технику подъема туловища из положения лежа  Игру на выбор | | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия  Уметь совместно выбирать игры | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях |
| 73 | Подвижные игры на выбор |  |  | Знать технику подъема туловища из положения лежа  Игру на выбор | | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия  Уметь совместно выбирать игры | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях |
| 74 | Знание ФК Лыжный спорт ТБ лыжная подготовка |  |  | Знать ТБ лыжной подготовки, организационно-методические требования | | Добывать информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничеств | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях |
| 75 | Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок |  |  | Знать технику передвижения Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок | | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия  Уметь совместно выбирать игры | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях |
| 76 | Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками |  |  | Знать технику ступающего и скользящего шага на лыжах с лыжными палками | | Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга и учителя | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 77 | Попеременный и одновременный двушажный ход на лыжах |  |  | Знать технику попеременного и одновременного двушажного хода на лыжах | | Добывать информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества |
| 78 | Одновременный одношажный ход на лыжах |  | Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона | | Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать друг друга  Осуществлять действие по образцу и заданному правилу  Уметь передвигаться на лыжах и обгонять на лыжной трассе | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |

**4 четверть. (24 ч.).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы уроков** | Дата по плану | **Дата факт** | **Планируемые результаты** | | | | |
| **Предметные** | **Метапредметные УУД** | | **Личностные УУД** | |
| 79 | Попеременный одношажный ход на лыжах |  |  | Знать технику Попеременный одношажный ход на лыжах правила обгона | Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать друг друга  Осуществлять действие по образцу и заданному правилу  Уметь передвигаться на лыжах и обгонять на лыжной трассе | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни | |
| 80 | Подъем «Елочкой», «полуелочкой» и спуск в основной стойке на лыжах (54) |  |  | Знать как передвигаться, подниматься «Елочкой», «полуелочкой и спускаться в основной стойке | Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать информацию с помощью вопросов  Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку исправлять ее, сохранять заданную цель. | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества  формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни | |
| 81 | Подъем на склон «Лесенкой», торможение « плугом» на лыжах |  |  | Знать технику подъема «лесенкой», технику спуска , торможения «Плугом» | Добывать информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества | |
| 82 | Передвижения и спук «змейкой»  Подвижная игра «Накаты» |  |  | Знать технику передвижения и спуска «Змейкой»  Играть «Накаты» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия  Уметь совместно выбирать игры | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях | |
| 83 | Подвижная игра «Подними предмет» |  |  | Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила «накаты» | Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать друг друга  Осуществлять действие по образцу и заданному правилу  Уметь передвигаться на лыжах и обгонять на лыжной трассе | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни | |
| 84 | Прохождение дистанции на 2 км |  |  | Знать как распределять силы для прохождения 2км на лыжах, технику спуска в низкой стойке | Устанавливать рабочие отношения, слушать слышать друг друга и учителя  Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.  Уметь проходить длинные дистанции | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | |
| 85 | Контрольный урок по лыжной подготовке |  |  | Знать технику передвижения различными ходами спуск и подъем на склон | Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать информацию с помощью вопросов  Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку исправлять ее, сохранять заданную цель. | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничества  формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, | |
| 86 | Подвижные игры в спортивном зале |  |  | Знать подвижные игры | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.  Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия  Уметь совместно выбирать игры | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях | |
| 87 | Знание ФК Кроссовая подготовка Правила безопасности и поведения при занятиях физической культурой на улице. Игры на прогулке. |  |  | Выполнять организационные требования на уроках посвященных кроссовой подготовке, подвижные игры на выбор. | Эффективно сотрудничать и работать в группе  Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать и оценивать результат своей деятельности | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми | |
| 88-89- | Бег на 30м, 60м,100м на свежем воздухе. (95) |  |  | Выполнять беговые упражнения на 30м, 60м,100м на свежем воздухе.  Правила Ножной мяч | | Сотрудничать в группе, представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме.  Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим. Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. | |
| 90 | Кросс, эстафета |  |  | Выполнять беговые упражнения на свежем воздухе. | | Сотрудничать в группе, представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме.  Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим. Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. | |
| 91-92 | Подвижные игры на свежем воздухе, на прогулке. |  |  | Разучивание беговой разминки, | | Слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).  Адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее. | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, | |
| 93-94 | Бег на 1000м |  |  | Знать как распределять свои силы, чтобы пробежать 1000м без отдыха  «Футбол» | | Эффективно сотрудничать и работать в группе  Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать и оценивать результат своей деятельности | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми | |
| 95 | Метания мяча на дальность |  |  | Знать технику метания мяча на дальность, « Футбол» | | Сохранять доброжелательные отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.  Адекватно понимать оценку взрослого и  Сверстников.  Рассказывать правила метания мяча и правила игры «Хвостики » | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | |
| 96 | Прыжки в длину |  |  | Поведение разминки в движении, проверка знаний о физ качествах ,повторение техники прыжка в длину с разбега и с места | | Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  Рассказывать о физ качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, правила «Флаг на башне» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. | |
| 97-98 | Спортивная игра «Футбол» |  |  | Знать правила игры «футбол» Различные варианты пасов мяча | | Сохранять доброжелательные отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.  Адекватно понимать оценку взрослого и  Сверстников.  Рассказывать правила метания мяча и правила игры «Хвостики » | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | |
| 99 | челночный бег 3х10 |  |  | Выполнять разминку движения, знать технику выполнения Ч\бега | | сотрудничать со сверстниками ,слушать и слышать друг друга  самостоятельно формулировать познавательные цели  показывать и рассказывать технику выполнения Ч/бега и правила игр «прерванные пятнашки» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | |
| 100 | Эстафета с палками 4х100 |  |  | Знать технику передачи эстафетной палочки, правила выбранных спортивных игр | | Представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме  Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. |
| 101-102 | Контрольный урок на свежем воздухе |  |  | Знать как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр, как подводить итоги года | | Представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме  Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию | | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. |