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 отношенияРегулятивное:Адекватно оценивать собственное поведениеПознавательные: 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 другаРегулятивные: самостоятельно формулировать познавательные целиПознавательные 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 иСверстников.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 иСверстников.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 мыслиВидеть 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 движенииПонимать 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 цельРассказывать 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 секПерестрелка» | 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 партнераПроектировать 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 работуОсуществлять 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 работуОсуществлять 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 работуВидеть 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 отношенияАдекватно оценивать оценку взрослого и сверстниковВыполнять 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 вопросовСамостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информациюУметь 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 учителяСамостоятельно 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 содержаниеСамостоятельно выделять и формулировать познавательные целиВыполнять 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 ногамиправила «Ловля обезьян с мячом» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстникаУметь 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 тренировкиПравила игры «Удочка | Представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме, устанавливать рабочие отношенияАдекватно 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 тройкахПравила игры «будь осторожен» | Представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме, устанавливать рабочие отношенияАдекватно 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 отношенияСамостоятельно выделять и формулировать познавательные целиУметь 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 работуОпределять 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 учителяСохранять 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 сверстникаВыполнять 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 работуОпределять 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 вопросовПроектировать траектории развития через включение в новые виды деятельностиПреодолевать 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 вопросовПроектировать траектории развития через включение в новые виды деятельностиУметь 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 справлятьУметь 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 «перешагиванияПравила «вышибалы с кеглями» | Представлять конкретное содержание и сообщать в устной форме, устанавливать рабочие отношенияАдекватно 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 «перешагиванияПравила «вышибалы с ранениями» | Владеть монологической и диалектической формами речиОсознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий и самокорекцииУметь 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 деятельностиСохранять заданную цельУметь 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 деятельностиСохранять заданную цельУметь 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 сеткуПравила игры «вышибалы через сетку» | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действияБросать 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 учителяОсознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий и самокорекцииБросать 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 задачВыполнять 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 рукойИгру «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 сахаНациональная игра «БотуктэЬии», « халбас харата» |  |  | Знать традиции и обычаи народа сахаПравила 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 сахаПравила 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 вопросовКонтролировать 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 лежаИгру на выбор | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действияУметь 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 лежаИгру на выбор | Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действияУметь 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 действияУметь 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 другаОсуществлять действие по образцу и заданному правилуУметь 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 другаОсуществлять действие по образцу и заданному правилуУметь 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 вопросовКонтролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку исправлять ее, сохранять заданную цель. | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничестваформирование 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 действияУметь 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 другаОсуществлять действие по образцу и заданному правилуУметь 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 учителяСамостоятельно 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 вопросовКонтролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку исправлять ее, сохранять заданную цель. | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие сотрудничестваформирование 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 действияУметь 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 группеОпределять 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 группеОпределять 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 иСверстников.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 иСверстников.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 формеСамостоятельно 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 формеСамостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию | развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. |