

БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ОМСКА
«ЛИЦЕЙ №149»

г.Омск - 119, Заречный бульвар, 3 тел. 74-57-33, 73-13-93

Утверждаю:

Директор лицея

_____ А.Я. Слободина

« ____ » _____ 2015 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

4 КЛАСС

Составитель:

Степанюк Иван Дмитриевич,
учитель физической культуры

ОМСК 2015 Г.

Оглавление

Оглавление.....	2
Пояснительная записка	3
Общая характеристика учебного предмета.	3
Место предмета в учебном плане	4
Ценностные ориентиры содержания учебного предмета	4
Результаты освоения предмета «Физическая культура»	5
Содержание начального общего образования по учебному предмету.....	6
Календарно - тематическое планировании.....	9
Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения	27

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» для 4 классов разработана на основе примерной программы по физической культуре федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №373 от 6 октября 2009 года «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования») и авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. М, «Просвещение», 2011 год.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

С учётом этих особенностей целью программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, сазаньи, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Общая характеристика учебного предмета.

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

На реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);

На реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;

На соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного

содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

На достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

На усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

Место предмета в учебном плане

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение физической культуры в начальной школе выделяется 405 ч, из них в 1 классе 99 ч (3 ч в неделю, 33 учебные недели), по 102 ч во 2, 3 и 4 классах (3 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

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

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по физической культуре являются:

— умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

— умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

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

Результаты освоения предмета «Физическая культура»

Личностные результаты:

активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;

общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;

анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;

видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

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

Предметные результаты:

планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;

изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;

оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;

изложение фактов истории развития регби, Олимпийских игр современности, характеристика видов регби, влияние аэробных занятий на организм человека;

организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности;

организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;

характеристика физической нагрузки по показателю пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;

взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;

подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре;

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

выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

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

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

Содержание начального общего образования по учебному предмету

4 класс

Знания о физической культуре

История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., её роль и значение для подготовки солдат русской армии. Физическая подготовка и её связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения

упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах). Краткий обзор истории развития регби.

Способы физкультурной деятельности

Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях. Краткие сведения о влиянии физических нагрузок на организм.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики.

Акробатические упражнения: акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Гимнастические упражнения прикладного характера: опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

Легкая атлетика

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Низкий старт. Стартовое ускорение. Финиширование.

Кроссовая подготовка. Бег по слабопересеченной местности до 1 км. Равномерный медленный бег до 5 мин. Кросс до 800 м. (мал.) до 500 м. (дев.) Бег по пересеченной местности. Бег с преодолением препятствий.

Спортивная игра регби: основы техники и тактики регби, обучение технике регби стоя и в движении, совершенствование навыков самостраховки, безопасного движения по площадке, игра в тег-регби.

Подвижные игры.

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела).

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Подвижная цель».

На материале спортивных игр:

Футбол: эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»).

Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»).

Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол».

Учебно-тематический план 4 класс.

№	Наименование разделов (тем)	Кол-во часов	четверть			
			I	II	III	IV
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе занятий				
2	Легкая атлетика	17	10			7
3	Подвижные игры	20	8		4	8
4	Регби	35	9	7	10	9
4	Лыжная подготовка	14			14	
5	Гимнастика с элементами акробатики	16		14	2	
6	Развитие физических качеств	В процессе занятий				
Итого:		102	27	21	30	24

Календарно - тематическое планировании.

4 класс

№	Дата	Тема урока	Решаемые проблемы	Понятия	Планируемые результаты		
					Предметные результаты	УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные)	Личностные результаты
1		Вводный урок. Правила безопасности на уроках физической культуры.	Учить правилам безопасности на уроках физической культуры	Физическая культура	Научатся: организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение построений в одну шеренгу и колонну по одному; соблюдение правил безопасности на занятиях физической культуры Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей Коммуникативные: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
2		Основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений)	Познакомить учеников со значением основных физических качеств	Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений	Научатся: ориентироваться в понятиях: физические качества, сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений	Познавательные: ознакомление с основными физическими качествами (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость, координация движений), их значением Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей Коммуникативные: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях
3		Измерение уровня развития основных физических качеств	Рассказать ученикам о причинах и необходимости измерения уровня развития основных физических качеств; повторить упражнения на внимание	Физические качества	Научатся: понимать необходимость развития основных физических качеств и как измерять их уровень развития	Познавательные: общеучебные - ознакомление с основными физическими качествами (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость, координация движений), их значением Регулятивные: планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия
4		ИОТ по легкой атлетике. Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Повторить технику высокого старта; провести тестирование бега на 30 м с высокого старта	Легкая атлетика, высокий старт	Научатся: сдавать тестирование бега на 30 м с высокого старта Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение бега на 30 м с высокого старта; повторение техники высокого старта; соблюдение правил безопасности на занятиях по легкой атлетике; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; Коммуникативные: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
5		Техника челночного бега с высокого старта	Разучить беговую разминку; повторить технику челночного бега	Быстрота, выносливость	Научатся: выполнять беговую разминку, технику челночного бега с высокого старта; сдавать тестирование челночного бега 3 x 10 м; Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение беговой разминки; повторение техники челночного бега; измерение физической подготовленности (быстрота, выносливость), систематическое наблюдение за ее динамикой. Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; Коммуникативные: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, проявление трудолюбия, упорства в достижении целей.

6	Метание мяча на дальность	Изучить бег с изменением темпа; провести упражнения, направленные на развитие координации движений, метание мяча на дальность	Бег с изменением темпа	Научатся: выполнять бег с изменением темпа, сдавать тестирование метания мяча на дальность; Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение строевых упражнений, бега с изменением темпа, разминки с мячом, метания мяча на дальность; Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
7	Беговые упражнения из различных исходных положений	Провести разминку, направленную на развитие координации движений, беговые упражнения из различных исходных положений	«Олений бег»	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; беговые упражнения из различных исходных положений,	Познавательные: выполнение беговых упражнений из различных исходных положений, упражнения на развитие координации движения, «оленьего бега»; повторение техники «оленьего бега»; Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
8	Тестирование прыжка в длину с места	Разучить разминку с малыми мячами, провести тестирование прыжка в длину с места	Длина	Научатся: выполнять сдавать тестирование прыжка в длину с места Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение строевых упражнений на месте, разминки с мячами, ходьбы и бега, прыжка в длину с места Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
9	Тестирования броска мяча в горизонтальную цель	Разучить разминку со скакалкой; провести тестирование броска мяча в горизонтальную цель	Горизонтальная цель	Научатся: выполнять разминку со скакалкой, тестирование броска мяча в горизонтальную цель; упражнения на координацию движений и внимание Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: разминки со скакалками, ходьбы и бега, броска мяча в горизонтальную цель, упражнения на развитие внимания и координации движения Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
10	ИОТ по гимнастике. Перекаты вправо-влево. Кувырок вперед.	Повторить перекаты вправо-влево, технику выполнения кувырка вперед.	Гимнастика, акробатика, перекаты, кувырок	Научатся: держать группировку; выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево	Познавательные: выполнение строевых упражнений на месте, разминки с мешочками, кувырка вперед; повторение техники выполнения кувырка вперед; соблюдение правил безопасности на занятиях по гимнастике; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
11	Кувырок вперед	Разучить усложненный вариант кувырка вперед.	Акробатика, усложненный кувырок вперед	Научатся: выполнять перекаты вправо-влево, группировку, кувырок вперед	Познавательные: осуществление анализа действий учителя и учащихся по выполнению строевых упражнений на месте, кувырка вперед, проведению игры с мячом. Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя;	Активное включение во взаимодействие со сверстниками; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных)

						уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
12		Усложненные кувырки вперед	Совершенствовать технику выполнения усложненных кувырков вперед	Усложненный кувырок вперед	Научатся: выполнять строевые команды, группировку, усложненный вариант выполнения кувырков вперед, упражнения на внимание	Познавательные: выполнение строевых упражнений на месте, усложненного кувырка вперед; повторение техники выполнения кувырка вперед; соблюдение правил безопасности на занятиях Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи
13		Игровые упражнения с кувырками	Совершенствовать технику выполнения усложненных кувырков вперед; провести игровые упражнения с кувырками	Гимнастика, акробатика, перекаты, кувырок	Научатся: выполнять строевые команды, кувырок вперед, игровые упражнения с кувырками вперед	Познавательные: выполнение строевых упражнений на месте, ходьбы и бега, игровых упражнений с кувырками, упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
14		Кувырок назад	Техника выполнения кувырка назад; провести круговую тренировку.	Кувырок назад	Научатся: кувырки вперед и назад, упражнения на внимание; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями; проходить станции круговой тренировки	Познавательные: выполнение строевых упражнений на месте, ходьбы и бега, кувырка назад, игры-упражнения на внимание, круговой тренировки (кувырка назад, отжиманий, приседаний, шпагатов, прыжков на двух ногах через мяч с поворотом на 90°, наклонов из положения сидя); соблюдение правил безопасности на занятиях; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения	Проявление положительных качеств личности: дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях.
15		Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30с.	Провести тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 секунд, упражнение на внимание.	Мышцы шеи	Научатся: выполнять разминку с маленькими мячами, упражнения на внимание; сдавать тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с; Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение строевых упражнений на месте, разминки с мячами, ходьбы и бега, подъем туловища из положения лежа, игры-упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
16		Тестирование наклона вперед из положения стоя	Разучить разминку с обручами среднего размера (кольцами), провести тестирование наклона вперед из положения стоя, упражнение на внимание.	Гимнастически обручи	Научатся: выполнять разминку со средними обручами (кольцами), упражнения на внимание; сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя; Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение строевых упражнений на месте, разминки с обручами, ходьбы и бега с заданием, наклона туловища из положения, стоя; упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях, Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль;	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности,

						Коммуникативные: контролировать действия партнера.	трудолюбия, упорства в достижении целей.
17		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа, согнувшись	Повторить разминку с обручами средних размеров (кольцами), провести тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Отжимание, подтягивание	Научатся: выполнять разминку со средними обручами (кольцами); сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись; играть в подвижную игру «Бездомный заяц». Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, упражнения на запоминание временного отрезка; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
18		Стойка на лопатках. «Мост»	Повторить технику выполнения стойки на лопатках и «моста»; совершенствовать технику выполнения кувырка назад.	Акробатика, гимнастически й «мост»	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, стойку на лопатках, «мост», кувырок назад; проходить станции круговой тренировки; соблюдать правила техники безопасности во время выполнения физических упражнений	Познавательные: выполнение строевых упражнений на месте, разминки на развитие гибкости, ходьбы и бега с заданием, стойки на лопатках, «моста», перекатов назад-вперед в группировке, круговой тренировки (стойка на лопатках, ходьба по гимнастической скамейке, отжимание, «мост»), кувырки, шпагаты, удержание гимнастической палки вертикально на ладони); Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
19		Тестирование виса и проверка волевых качеств	Повторить разминку со скакалками, провести тестирование виса на время	Волевые качества	Научатся: выполнять упражнения на внимание и координацию движений; сдавать тестирование виса на время; Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение строевых упражнений на месте, соблюдение правил безопасности на занятиях, Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
20		Строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоход-дом», «по диагонали»	Совершенствовать выполнение разученных ранее строевых упражнений, запоминание временных отрезков; разучить новые строевые упражнения	Диагональ	Научатся: выполнять строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоходом», «по диагонали», разминку в движении	Познавательные: выполнение строевых упражнений, разминки в движении, ходьбы и бега с заданиями Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях
21		Лазание по гимнастической стенке	Провести разминку с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке, круговую тренировку.	Гимнастическая стенка, пролет	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, упражнения на внимание; лазать по гимнастической стенке; перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки с гимнастическими палками, бега с заданием, лазанья по гимнастической стенке, круговой тренировки (кувырки, «протыкание» палкой стенки, стойка на лопатках, удержание гимнастической палки на ладони, стойка на одной ноге на набивном мяче, подъем ног из положения лежа	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

						Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки	
22		Кувырок вперед в группировке	Совершенствовать технику выполнения перекатов и кувырка вперед в группировке	Группировка, физические упражнения	Научатся: ориентироваться в понятии физические упражнения; отличать физические упражнения от естественных движений; выполнять перекаты, кувырок вперед в группировке; соблюдать правила техники безопасности во время выполнения физических упражнений	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки на развитие координации движения, бега, кувырка вперед в группировке, упражнения на удержание равновесия; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
23		Кувырок вперед в группировке с трех шагов	Совершенствовать технику выполнения перекатов и кувырка вперед в группировке; разучить выполнение кувырка вперед с трех шагов	Физические упражнения	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, перекаты, кувырок вперед в группировке, кувырок вперед в группировке с трех шагов; соблюдать правила техники безопасности во время выполнения физических упражнений	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки на развитие координации движения, бега, кувырка вперед в группировке с трех шагов, упражнения на удержание равновесия; Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
24		Упражнения на развитие гибкости: «мост», стойка на лопатках	Повторить упражнение на развитие равновесия; совершенствовать выполнение упражнений на развитие гибкости	Упражнения на развитие гибкости	Научатся: выполнять «мост», стойку на лопатках, серию кувырков вперед, упражнения на равновесие	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки с мешочками, ходьбы с заданиями, бега, серии кувырков, упражнения на удержание равновесия, упражнения «Мост», стойки на лопатках; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
25		Упражнения на брусьях	Провести разминку с маленькими обручами, круговую тренировку; повторить висы углом и согнувшись на брусьях.	Гимнастически е брусья	Научатся: выполнять разминку с обручами, висы углом и согнувшись на гимнастических брусьях; проходить по станциям круговой тренировки	Познавательные: выполнение упражнений на гимнастических брусьях, упражнения на удержание равновесия, круговой тренировки («мост», стойка на лопатках, вис согнувшись на кольцах, лазанье и перехваты руками по гимнастической стенке, кувырок вперед, отжимания, поднимание ног лежа на мате); соблюдение правил безопасности на занятиях Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
26		Полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках	Разучить разминку на скамейках, полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках; повторить серии из трех-четырёх кувырков	Полупереворот	Научатся: выполнять разминку на скамейках, серию кувырков вперед, полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках, упражнение на равновесие	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки на гимнастических скамейках, ходьбы, бега, упражнения на удержание равновесия, упражнения «Мост», стойки на лопатках, полупереворота назад в стойку на коленях из стойки на лопатках; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

			вперед			задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	
27		Вис на согнутых руках на низкой перекладине	Разучить разминку в парах, вис на согнутых руках на низкой перекладине; совершенствовать технику выполнения кувырка назад	Низкая, высокая перекладина	Научатся: выполнять разминку в парах, кувырок назад в группировке, вис на согнутых руках на низкой перекладине	Познавательные: выполнение разминки в парах, бега с заданием, стойки на лопатках, «моста», перекатов назад в группировке, полупереворота назад в стойку на коленях из стойки на лопатках, кувырка назад, вперед, вися на согнутых руках на низкой перекладине; соблюдение правил безопасности на занятиях; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действий: на уровне адекватной ретроспективной оценки; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях
28		Разновидности висов	Повторить разминку в парах; совершенствовать технику выполнения кувырков вперед и назад; разучить различные висы на низкой перекладине.	Гимнастические висы	Научатся: выполнять разминку в парах, кувырок вперед в группировке, кувырок назад, висы на низкой перекладине	Познавательные: выполнение разминки в парах, бега с заданием, ходьбы, кувырков назад, вперед, висов на согнутых руках на низкой перекладине стоя спереди, сзади, с завесом одной (двумя) ногами (с согнутыми ногами); соблюдение правил безопасности на занятиях; логические - осуществление анализа действий учителя и учащихся по выполнению организующих строевых команд, разминки в парах, бега с заданием, ходьбы, кувырков назад, вперед, висов на согнутых руках на низкой перекладине стоя спереди, сзади, с завесом одной, двумя ногами (с согнутыми ногами); Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
29		Вис согнувшись и вис прогнувшись на брусках	Провести разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку; совершенствовать выполнение висов согнувшись и прогнувшись на брусках	Гимнастические брусья, висы	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, висы углом, согнувшись, прогнувшись на гимнастических брусках; упражнение на внимание; проходить по станциям круговой тренировки	Познавательные: осуществление анализа действий учителя и учащихся по выполнению организующих строевых команд, разминки с гимнастическими палками, бега с заданием, ходьбы, висов на кольцах углом, согнувшись, прогнувшись, круговой тренировки; проведению упражнения на внимание. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
30		Висы согнувшись и прогнувшись на гимнастических брусках	Совершенствовать выполнение висов согнувшись и прогнувшись на брусках.	Гимнастические брусья	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, висы углом, согнувшись и прогнувшись на гимнастических брусках; упражнение на внимание; проходить по станциям круговой тренировки	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки с гимнастическими палками, бега с заданием, ходьбы, висов углом, согнувшись, прогнувшись на кольцах, круговой тренировки (висы прогнувшись и согнувшись, кувырок вперед, лазанье и вис на гимнастической стенке, прямые и продольные шпагаты, отжимание от пола, выпрыгивание), упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

31		Перевороты вперед и назад на гимнастических брусьях	Совершенствовать выполнение висов согнувшись и прогнувшись на кольцах; повторить перевороты вперед и назад на брусьях.	Гимнастически е брусья, висы	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, висы согнувшись и прогнувшись, перевороты вперед и назад на гимнастических брусьях	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки с гимнастическими палками, бега с заданием, ходьбы, упражнений на брусьях (висы согнувшись и прогнувшись, перевороты назад и вперед), на гимнастической стенке; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
32		Прыжки с поворотом на 180° и 360°	Повторить разминку с обручами; совершенствовать вращение обруча; провести круговую тренировку.	Обруч	Научатся: выполнять разминку с обручами, вращение обруча, игровое упражнение на реакцию и внимание; проходить по станциям круговой тренировки	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки, бега с заданием, ходьбы, прыжков на месте с поворотом на 90°, 180° и 360°; соблюдение правил безопасности на занятиях; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Проявление положительных качеств личное и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
33		Перевороты вперед и назад на гимнастических брусьях	Провести разминку с гимнастическими палками; совершенствовать выполнение висов согнувшись и прогнувшись на брусьях.	Обруч, гимнастически е брусья	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, висы согнувшись и прогнувшись на гимнастических брусьях, перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах, кувырок вперед	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки с гимнастическими палками, бега с заданием, ходьбы, упражнений на кольцах (висы согнувшись и прогнувшись, перевороты назад и вперед), на гимнастической стенке; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей;	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей
34		Упражнения на брусьях	Провести упражнения с обручами; повторить упражнения на кольцах, вращения обруча.	Гимнастически е брусья	Научатся: выполнять разминку с обручами, упражнения с обручами; упражнения на кольцах: висы углом, согнувшись, прогнувшись; переворот назад, переворот вперед	Познавательные: выполнение строевых команд, разминки с обручами, гимнастических комбинаций на кольцах (вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, вис вогнувшись, переворот назад, переворот вперед), вращения обруча на поясе, пролезания сквозь катящийся обруч; соблюдение правил безопасности на занятии Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей	
35		Вращение обруча	Повторить разминку с обручами; совершенствовать вращение обруча; провести круговую тренировку.	Обруч	Научатся: выполнять разминку с обручами, вращение обруча, игровое упражнение на реакцию и внимание; проходить по станциям круговой тренировки	Познавательные: выполнение строевых команд, разминки с обручами, вращения обруча на поясе, на полу, пролезания сквозь катящийся обруч, круговой тренировки; соблюдение правил безопасности на занятии; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Проявление положительных качеств личное и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
36		Лазание по канату	Провести разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку; повторить лазанье по канату.	Гимнастически е палки	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, упражнения на внимание и равновесие; лазать по канату; проходить по станциям круговой тренировки	Познавательные: выполнение строевых команд, разминки с гимнастическими палками, лазанья по канату произвольным способом, круговой тренировки, упражнения на равновесие; соблюдение правил безопасности на занятии; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

37		Лазание по канату	Провести разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку; повторить лазанье по канату.	Гимнастически е палки, канат	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, упражнение на внимание и равновесие; лазать по канату; проходить по станциям круговой тренировки	Познавательные: выполнение строевых команд, разминки с гимнастическими палками, лазанья по канату произвольным способом, круговой тренировки, упражнения на равновесие; соблюдение правил безопасности на занятии Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
38		Упражнения со скакалками	Провести разминку на гимнастических скамейках, круговую тренировку; совершенствовать выполнение упражнений со скакалками.	Гимнастическая скамейка	Научатся: выполнять разминку на гимнастических скамейках, упражнения со скакалками, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад, игровое упражнение на внимание и реакцию; проходить станции круговой тренировки	Познавательные: выполнение строевых команд, бега, ходьбы, разминки на скамейках, виса на гимнастической стенке, упражнений со скакалками, игрового упражнения на внимание; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки;	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
39		Прыжки в скакалку	Повторить разминку на гимнастических скамейках; совершенствовать умение выполнять прыжки в скакалку; создать условия для проведения круговой тренировки.	Круговая тренировка	Научатся: выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад, игровое упражнение на внимание и реакцию; проходить по станциям круговой тренировки	Познавательные: выполнение бега, ходьбы, разминки на скамейках, виса на гимнастической стенке, упражнений со скакалками, игрового упражнения; соблюдение правил безопасности на занятии; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
40		Прыжки в скакалку	Провести разминку со скакалками, круговую тренировку; совершенствовать умение выполнять прыжки в скакалку	Круговая тренировка	Научатся: выполнять разминку со скакалками, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад, круговую тренировку, упражнение на внимание	Познавательные: выполнение строевых команд, бега, ходьбы в Движении по кругу, разминки со скакалками, прыжков через скакалку с вращением вперед и назад, круговой тренировки, игрового упражнения на равновесие; соблюдение правил безопасности на занятии Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль;	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
41		Прыжки в скакалку	Провести разминку со скакалками, круговую тренировку; совершенствовать умение выполнять прыжки в скакалку.	Станция круговой тренировки	Научатся: выполнять разминку со скакалками, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад; проходить станции круговой тренировки	Познавательные: выполнение строевых команд, бега с заданиями, ходьбы, разминки на матах, стойки на голове, круговой тренировки; соблюдение правил безопасности на занятии; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
42		Стойка на голове	Разучить разминку на матах; повторить стойку на голове; провести круговую тренировку.	Акробатика, стойка на голове	Научатся: выполнять разминку на матах, стойку на голове, перекаты, игровое упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки	Познавательные: выполнение строевых команд, бега с заданиями, ходьбы, разминки на матах, стойки на голове, круговой тренировки; соблюдение правил безопасности на занятии; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей;	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
43		Стойка на голове	Повторить разминку на матах; совершенствовать технику выполнения стойки на голове; провести круговую тренировку.	Стойка на голове	Научатся: выполнять разминку на матах, стойку на голове, перекаты, игровое упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки	Познавательные: выполнение строевых команд, бега с заданиями, ходьбы, разминки на матах; стойка на голове, круговой тренировки; соблюдение правил безопасности на занятии Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

44	Повторение акробатических элементов	Провести разминку на матах с мячами, круговую тренировку, совершенствовать выполнение кувырка вперед, стойки на лопатках, «моста» и стойки на голове.	Акробатические элементы	Научатся: выполнять разминку на матах с мячами, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост», стойку на голове, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега с заданием, ходьбы, разминки с мячами на матах; выполнение акробатических элементов: стойки на лопатках, «моста», гимнастической комбинации (стойка на голове, кувырок вперед), круговой тренировки, упражнения на внимание и равновесие Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
45	Повторение акробатических элементов	Повторить разминку на матах с мячами; совершенствовать выполнение кувырка вперед, стойки на лопатках, «моста» и стойки на голове; провести круговую тренировку.	Акробатические элементы	Научатся: выполнять разминку на матах с мячами, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост», стойку на голове, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки		Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
46	ИОТ по лыжам. Передвижения на лыжах ступающим шагом.	Повторить правила безопасности при эксплуатации лыж и лыжных палок, команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», технику ступающего шага на лыжах.	Температурный режим	Научатся: выполнять организующие команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», технику ступающего шага, ступающий шаг на лыжах без палок, прохождение дистанции 500 м ступающим шагом. Получат возможность научиться: вести тетрадь по наблюдению за температурным режимом	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом ступающего шага, строевых команд, построений. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в прохождении дистанции 500 м (на лыжах).
47	Передвижение на лыжах скользящим шагом	Повторить команду «Лыжи под руку», правильную технику обгона на дистанции, технику передвижения на лыжах скользящим шагом.	Ступающий и скользящий шаг	Научатся: выполнять организующие команды «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», технику обгона во время передвижений на лыжах, ступающий шаг на лыжах без палок, скользящий шаг на лыжах без палок, прохождение дистанции 500 м скользящим шагом	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами ступающего и скользящего шагов, строевых команд, построений. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в прохождении дистанции 500 м (на лыжах).
48	Передвижение на лыжах с палками скользящим шагом	Совершенствовать технику передвижения на лыжах скользящим шагом без палок; повторить повороты на месте «веером».	Скользящий шаг	Научатся: выполнять скользящий шаг на лыжах с палками и без, повороты на месте «веером», упражнение на лыжах на выносливость; соблюдать правила техники безопасности на уроке физической культуры при выполнении упражнений	Познавательные: - бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требования техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение бега на лыжах способом скользящего шага, поворота «веером», строевых команд, построений. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата.	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении бега (на лыжах).
49	Передвижение на лыжах с палками попеременным двухшажным ходом	Разучить технику передвижения на лыжах с палками попеременным двухшажным ходом; повторить технику передвижения на лыжах с палками скользящим шагом	Попеременный двухшажный ход	Научатся: выполнять организующие команды «Лыжи под руку!», «На лыжи становись!», разминку на лыжах с палками, скользящий шаг на лыжах с палками, повороты «веером» на лыжах, передвижение попеременным двухшажным ходом	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, попеременного двухшажного хода, поворота «веером», строевых команд, построений. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; адекватно воспринимать оценку учителя.	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в прохождении дистанции 500 м (на лыжах).

50	Передвижение на лыжах с палками одновременным одношажным ходом	Повторить технику передвижения на лыжах с палками попеременным двухшажным ходом; разучить технику передвижения на лыжах с палками одновременным одношажным ходом.	Одновременный одношажный ход	Научатся: выполнять организующие команды «Льжи на плечо!», «На лыжи становись!», разминку на лыжах с палками, скользящий шаг на лыжах с палками, повороты «всеером» на лыжах, попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, строевых команд, построений. Регулятивные: планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в прохождении дистанции 500 м (на лыжах).
51	Подъем на склон «лесенкой» на лыжах	Повторить технику передвижения на лыжах с палками одновременным одношажным ходом; создать условия для выполнения подъема на склон «лесенкой» на лыжах	Склон, подъем «лесенкой»	Научатся: выполнять организующие команды «Льжи на плечо!», «На лыжи становись!», разминку на лыжах с палками, подъем на склон «лесенкой» на лыжах, передвижение попеременным двухшажным и одновременным одношажным ходом	Познавательные: бережное обращение с инвентарем, соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, подъема «лесенкой» строевых команд, построений. Регулятивные: планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий.
52	Подъем на склон «елочкой» на лыжах	Повторить короткую разминку на лыжах, совершенствовать лыжные ходы, подъем на склон «елочкой» на лыжах.	Склон, подъем «елочкой»	Научатся: выполнять организующие команды «Льжи под руку!», «Льжи к ноге!», «На лыжи становись!», разминку на лыжах с палками, скользящий шаг на лыжах без палок и с палками, попеременный двухшажный и одновременный одношажный ход, подъем на склон «елочкой»	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение подъема «елочкой», строевых команд, построений, ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).
53	Торможение «плугом» на лыжах	Повторить спуски в высокой и низкой стойке; совершенствовать технику подъемов на склон «елочкой» и «лесенкой»; разучить торможение «плугом» на лыжах	Торможение «плугом»	Научатся: выполнять организующие команды «Льжи на плечо!», «На лыжи становись!», технику ступающего шага с палками на лыжах, скользящий шаг на лыжах без палок и с палками, попеременный двухшажный и одновременный одношажный ход, спуск со склона в высокой и низкой стойке, подъем на склон «лесенкой» и «елочкой»	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них; подъема «елочкой», «лесенкой», спуска в высокой и низкой стойке, торможением «плугом», строевых команд, построений. Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).
54	Подвижная игра на лыжах «Прокатись через ворота»	Разучить короткую разминку со снежками, подвижную игру на лыжах «Прокатись через ворота»; повторить изученные лыжные ходы, технику торможения «плугом» на лыжах.	Торможение «плугом»	Научатся: выполнять организующие команды «Льжи на плечо!», «На лыжи становись!», разминку со снежками, скользящий шаг на лыжах без палок и с палками, попеременный двухшажный и одновременный одношажный ход, спуск со склона в высокой и низкой стойке, подъем на склон «лесенкой» и «елочкой»	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них, подъема «елочкой», «лесенкой», спуска торможением «плугом», строевых команд, построений, разминки со снежками на лыжах без палок. Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).
55	Подвижная игра на лыжах «Подними	Создать условия для прохождения	Дистанция	Научатся: выполнять организующие команды «Льжи на	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства

		предмет»	дистанции не менее 700 м на лыжах свободным ходом; разучить подвижную игру на лыжах «Подними предмет».		плечо!», «На лыжи становись!», разминку со снежками; проходить дистанцию 700 м на лыжах; играть в подвижные игры	техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них, строевых команд, построений, разминки со снежками на лыжах без палок. Регулятивные: планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	в выполнении учебных заданий (на лыжах).
56		Движение на лыжах с палками «змейкой»	Создать условия для прохождения на лыжах свободным ходом дистанции не менее 700 м; разучить движение на лыжах с палками «змейкой»	Дистанция	Научатся: выполнять организующие команды «Лыжи на плечо!», «На лыжи становись!», ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками, попеременный двухшажный и одновременный одношажный ход, движение на лыжах	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них, строевых команд, построений, движений на лыжах с палками «змейкой». Регулятивные: планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно во принимать оценку учителя. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).
57		Прохождение дистанции 1000 метров на лыжах на время	Создать условия для прохождения дистанции 1000 м на лыжах на время, выполнения свободного катания на лыжах со склона	Дистанция	Научатся: выполнять организующие команды «Лыжи на плечо!», «На лыжи становись!», ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками, попеременный двухшажный и одновременный одношажный ход, движение на лыжах с палками «змейкой», подъем на склон, спуск со склона; играть в подвижные игры на лыжах; проходить Дистанцию 1000 м на лыжах на время	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них, строевых команд, построений, движений на лыжах с палками «змейкой». Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).
58		ИОТ по подвижным играм. Первые спортивные соревнования	Провести разминку в сочетании с игрой «Зеркало»; рассказать о возникновении первых спортивных соревнований	Соревнования	Научатся: выполнять разминку в сочетании с игрой «Зеркало», понимать, как появились первые спортивные соревнования	Познавательные: выполнение строевых команд, бега, ходьбы по кругу, разминки, совмещенной с игрой «Зеркало», ознакомление с историей первых спортивных соревнований; соблюдение правил безопасности на занятии; логические Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
59		История появления мяча	Рассказать историю возникновения мяча, упражнений и игр с мячом; разучить разминку с мячом, волейбольные упражнения: выполнение нижней подачи	Волейбольный мяч, нижняя подача	Научатся: выполнять организующие команды, разминку с мячом,	Познавательные: выполнение строевых команд, бега, ходьбы, разминки с мячом, нижней подачи мяча; ознакомление с историей появления мяча; соблюдение правил безопасности на занятии Регулятивные: уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
60		История зарождения древних Олимпийских игр	Разучить волейбольные упражнения подбрасывание мяча на определенную высоту и бросок мяч на заданное расстояние.	Нижняя подача, бросок мяча	Научатся: выполнять разминку с мячом; понимать историю зарождения древних Олимпийских игр; выполнять нижнюю подачу, броски мяча на заданные высоту и расстояние	Познавательные: выполнение строевых команд, бега, ходьбы, разминки с мячом, нижней подачи мяча, разучивание волейбольных упражнений - подбрасывание мяча на определенную высоту и бросок мяча на заданное расстояние; ознакомление с историей зарождения древних Олимпийских игр; соблюдение правил безопасности на	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных), ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

						занятии Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей Коммуникативные: контролировать действия партнера.	
61		Подвижная игра «Мышеловка»	Провести разминку, направленную на развитие координации движений, упражнение на внимание; разучить технику «оленьего бега».	Спортивные подвижные игры	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, технику «оленьего» бега, упражнения на внимание; играть в подвижную игру «Мышеловка»	Познавательные: выполнение ходьбы и бега с заданием, упражнения на внимание, «оленьего бега»; разучить технику «оленьего бега» Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
62		Подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	Повторить разминку, направленную на развитие координации движений	Координация движений	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, соблюдать технику безопасности на уроках физкультуры	Познавательные: выполнение строевых упражнений на месте, разминки в движении, ходьбы и бега с заданием, прыжка в длину с места; Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление трудолюбия, упорства в достижении целей.
63		Подвижная игра «Осада города»	Совершенствовать выполнение строевых упражнений, запоминание временных отрезков; повторить разминку в движении	Временный отрезок	Научатся: выполнять строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоходом», «по диагонали»; разминку в движении	Познавательные: выполнение строевых упражнений, разминки в движении, ходьбы и бега с заданиями, перестроений в одну и две шеренги, упражнения на развитие запоминания временных отрезков Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
64		Подвижная игра «Салки»	Обучить короткой разминке в движении; провести подвижную игру «Салки», подвижные игры (по выбору учащихся)	Инвентарь для игр	Научатся: выполнять разминку в движении; играть в подвижную игру «Салки», выбирать и играть в подвижные игры (по желанию); подводить итоги четверти	Познавательные: выполнение строевых упражнений, разминки в движении, бега, упражнения на развитие запоминания временных отрезков; соблюдение правил безопасности на занятиях, правил подвижных игр; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
65		Подвижная игра «Медведи и пчелы»	Совершенствовать выполнение разминки у гимнастической стенки	Гимнастическая стенка	Научатся: выполнять разминку у гимнастической стенки, упражнения на внимание	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки у гимнастической стенки, бега с заданием, ходьбы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей Коммуникативные: контролировать действия партнера.	
66		Игровые упражнения	Разучить игровые упражнения на гимнастических	Игровые упражнения	Научатся: выполнять игровые упражнения на гимнастических скамейках, упражнение на	Познавательные: - выполнение строевых организующих команд, разминки на гимнастической скамейке, бега с заданием, ходьбы, лазанья по гимнастической стенке;	Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и

			скамейках; повторить подвижную игру «Медведи и пчелы».		внимание; играть в подвижную игру «Медведи и пчелы»	соблюдение правил безопасности на занятиях; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания в подвижной; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
67		Подвижная игра «Ловля обезьян»	Разучить игровые упражнения на гимнастических скамейках; совершенствовать технику лазанье по гимнастической стенке различными способами	Гимнастическая скамейка	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание	Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки на гимнастической скамейке, бега с заданием, ходьбы, лазанья по гимнастической стенке; соблюдение правил безопасности на занятиях; Регулятивные: уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	
68		Подвижные игры по выбору учащихся	Разучить игровую разминку; провести 2-3 игры по выбору учеников	Игровая разминка, оборудование для игр	Научатся: выполнять игровую разминку, играть в подвижные игры (по выбору учащихся)	Познавательные: - выполнение строевых организующих команд, разминки в движении, бега с заданием, ходьбы, соблюдение правил безопасности на занятиях Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; Коммуникативные: контролировать действия партнера	
69		Броски набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения стоя	Разучить разминку с набивными мячами (вес мяча не более 1 кг), технику броска набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения стоя	Набивной мяч	Научатся: выполнять организующие команды, разминку с набивными мячами, упражнения на внимание, технику броска набивного мяча способом снизу из положения стоя	Познавательные: выполнение строевых команд, бега, ходьбы с заданиями, разминки с набивными мячами, броска набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения стоя на дальность, игрового упражнения на внимание Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
70		Броски набивного мяча весом 1 кг из положения сидя	Повторить разминку с набивными мячами, бросок набивного мяча из положения, стоя способом снизу; разучить бросок набивного мяча из положения сидя	Набивной мяч	Научатся: выполнять организующие команды, разминку с набивными мячами, броски набивного мяча из положения сидя	Познавательные: выполнение строевых команд, бега, ходьбы с заданиями, разминки с набивными мячами; броска набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения; стоя и сидя на дальность Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
71		Прыжки в скакалку	Провести разминку со скакалками, круговую тренировку; совершенствовать умение выполнять прыжки в скакалку.	Круговая тренировка	Научатся: выполнять разминку со скакалками, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад, круговую тренировку, упражнение на внимание	Познавательные: выполнение строевых команд, бега, ходьбы в Движении по кругу, разминки со скакалками, прыжков через скакалку с вращением вперед и назад, круговой тренировки, игрового упражнения на равновесие; Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя;	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
72		Подвижная игра с мячом	Провести разминку с мячом в парах, подвижную игру «Охотники и утки»; повторить изученные волейбольные упражнения	Баскетбольные и волейбольные упражнения	Научатся: выполнять разминку с мячом в парах, нижнюю подачу, броски мяча на заданные высоту и расстояние; играть в подвижную игру «Охотники и утки»; подводить итоги четверти	Познавательные: выполнение строевых команд, бега, ходьбы, разминки с мячом, нижней подачи мяча, разучивание волейбольных упражнений - подбрасывание мяча на определенную высоту и бросок мяча на заданное расстояние Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

73	Владение мячом на месте и в движении	Разучить разминку с мячом, повторить стойку баскетболиста и передвижение в ней; совершенствовать технику ведения мяча на месте и в движении.	Баскетбол	Научатся: выполнять организационные команды, разминку с мячом, стойку баскетболиста, передвижение в стойке баскетболиста, ведение мяча на месте и в движении, упражнение на расслабление	Познавательные: выполнение стойки баскетболиста; выполнение свободного перемещения по игровой площадке в стойке баскетболиста приставным шагом правым и левым боком, держа мяч в руках, ведения мяча на месте, в движении, левой рукой, правой рукой, поочередно Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
74	Упражнения с мячом, направленные на развитие координации движений и ловкости	Повторить остановку в шаге и прыжком; создать условия для выполнения различных передач и бросков мяча	Ведение мяча	Научатся: выполнять организационные команды, разминку, направленную на развитие координации движений, остановку в шаге, остановку прыжком, ведение мяча, передачи мяча, броски мяча в кольцо	Познавательные: выполнение разминки, направленной на развитие координации движений; выполнение ведения мяча в движении левой рукой, правой рукой, поочередно, свободного ведения мяча с заданием, передачи мяча Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
75	Выполнение упражнений с мячами в парах	Провести разминку с мячом в парах; повторить передачу мяча в парах; создать условия для выполнения ведения мяча с остановкой по сигналу, с последующим броском в баскетбольное кольцо	Баскетбольное кольцо	Научатся: выполнять разминку с мячом в парах, передачи мяча в парах, броски мяча в баскетбольное кольцо, ведение мяча, упражнение на внимание	Познавательные: выполнение построения бега, разминки с мячом в парах, передачи мяча в парах, ведения мяча с последующей остановкой, броска мяча по кольцу Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
76	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Повторить броски мяча в баскетбольное кольцо, тестирование подтягивания на низкой перекладине согнувшись	Подтягивание на низкой перекладине	Научатся: выполнять разминку в движении с мячами, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, бросок мяча в баскетбольное кольцо, упражнение на внимание; играть в спортивную игру баскетбол. Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение организационных команд, бега с заданием, разминки с мячом, броска мяча по кольцу, произвольного по кольцу, подтягивания на низкой перекладине из виса согнувшись; знакомство с правилами игры в баскетбол Регулятивные: адекватно оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
77	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Провести разминку с малыми мячами, тестирование наклона вперед из положения стоя повторить различные броски мяча в баскетбольное кольцо спортивную игру баскетбол.	Мячи малые	Научатся: выполнять тестирование наклона вперед из положения, стоя, броски мяча в баскетбольное кольцо способами снизу, сверху, стоя спиной к кольцу; играть в спортивную игру баскетбол. Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение наклона вперед из положения стоя; участие в игре баскетбол; выполнение упражнения на запоминание 15-секундного промежутка времени Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: контролировать действия	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
78	Тестирование виса на время	Повторить разминку с малыми мячами; провести тестирование виса на время, броски	Горизонтальная цель	Научатся: выполнять разминку с малыми мячами, тестирование виса на время, броски мяча в горизонтальную цель,	Познавательные: выполнение виса на время, броска мяча по мишеням, упражнения на внимание; знакомство с игрой гандбол Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу;	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

			мяча в горизонтальную цель		упражнение на внимание Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения Коммуникативные: контролировать действия партнера.	
79		Упражнения на уравнивание предметов	Провести круговую тренировку; создать условия для выполнения упражнений на уравнивание предметов.	Круговая тренировка	Научатся: выполнять упражнения на уравнивание предметов, упражнение на внимание и равновесие; проходить станции круговой тренировки	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки на удержание равновесия, упражнения на равновесие, круговой тренировки Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
80		Спортивная игра футбол	Повторить разминку со скакалками; разучить и совершенствовать выполнение упражнений мячом (футбольных упражнений)	Футбол	Научатся: выполнять разминку со скакалками, ведение мяча, футбольные упражнения с мячом, упражнения на внимание; играть в спортивную игру футбол	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, прыжка в длину с места, упражнения на внимание; участие в игре футбол Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
81		Знакомство с видом спорта. Требование к одежде и инвентарю	Познакомить с игрой в бадминтон	Бадминтон	Научатся: быть дисциплинированным на занятиях по бадминтону Получат возможность научиться: узнать о требованиях к одежде и инвентарю	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, знакомство с бадминтоном Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
82		Знакомство с бадминтоном. Основные стойки и перемещения в них	Разучить основные стойки и перемещения при игре в бадминтон	Бадминтон	Научатся: занимать исходное положение бадминтониста и выполнять перемещения в ней	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, знакомство с бадминтоном, хватка бадминтонной ракетки, волана, способы перемещения. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
83		Хватка бадминтонной ракетки, волана.	Повторить стойку и перемещения. Разучить хватку бадминтонной ракетки.	Ракетка, волан	Научатся: правильно захватывать ракетку и перемещаться	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
84		Способы перемещения. Подача. Виды подачи.	Разучить способы перемещения, виды подачи, основы техники игры.	Площадка для игры в бадминтон	Научатся: правильно захватывать ракетку и перемещаться, выполнять короткую и дальнюю подачи.	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, способы перемещения, основы техники игры; подачи Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
85		Подачи и удары. Далёкий удар.	Обобщить пройденный материал, разучить дальний удар с замахом сверху	Классификация ударов	Научатся: выполнять дальнюю короткую подачи; удар с замаха сверху; Получат возможность научиться: обобщать пройденный материал	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, подачи и удары (дальний удар с замаха сверху) Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

86		Удары справа, слева открытой и закрытой стороной ракетки.	Провести контрольное выполнение подачи. Закрепление техники сложного двигательного действия	Высокодалёкий удар	Научатся: выполнять подачу разной траектории	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, удары справа и слева открытой, закрытой стороной ракетки, контрольное выполнение подачи. Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
87		Плоская подача. Короткие удары	Разучить короткие удары плоскую подачу	Плоская подача.	Научатся: подавать плоскую подачу и выполнять короткие удары	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, плоской подачи, коротким ударам. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
88		Правила одиночной и парной игры	Ознакомить с правилами игры; провести учебную игру	Учебная игра.	Научатся: играть в бадминтон, соблюдая правила. Получат возможность научиться: играть в бадминтон	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, учебной игры Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
89		Правила игры. Игра в бадминтон	Провести учебную игру, соблюдая все правила	Учебная игра.	Научатся: играть в бадминтон, соблюдая правила	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
90		Игра в бадминтон	Провести учебную игру, соблюдая все правила; повторить все пройденное о бадминтоне	Одиночная и парная игра	Научатся: играть в бадминтон, соблюдая правила		Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
91		Прыжок в высоту с прямого разбега	Повторить бросок набивного мяча из положения сидя; разучить прыжок в высоту с прямого разбега	Прыжок в высоту, набивной мяч	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в высоту с прямого разбега	Познавательные: выполнение строевых команд, бега, ходьбы, разминки, направленной на развитие координации движений, броска набивного мяча из положения сидя, прыжков в высоту с прямого разбега Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
92		Прыжок в высоту спиной вперед	Разучить прыжок в высоту спиной вперед, совершенствовать прыжок в высоту с прямого разбега.	Прыжок в высоту	Научатся: выполнять строевые упражнения, прыжки в высоту спиной вперед с прямого разбега, упражнения на координацию и расслабление	Познавательные: выполнение строевых команд, бега с заданиями, разминки, направленной на развитие координации движений, прыжков в высоту с прямого разбега, спиной вперед Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера	Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
93		Тестирование подъема туловища за 30 с	Провести тестирование подъема туловища за 30 секунд	Туловище	Научатся: выполнять строевые упражнения, прыжки в высоту спиной вперед с прямого разбега, тестирование подъема туловища за 30 с, упражнение на внимание	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега с заданием, выполнение упражнения на внимание; подъем туловища за 30 секунд Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	

94	Упражнения на уравнивание предметов	Провести круговую тренировку; создать условия для выполнения упражнений на уравнивание предметов.	Гимнастические палки	Научатся: выполнять разминку упражнения на уравнивание предметов, упражнение на внимание и равновесие; проходить станции круговой тренировки	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, упражнения на равновесие, круговой тренировки Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; Коммуникативные: контролировать действия партнера	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
95	Тестирование бросков мяча в горизонтальную цель	Разучить разминку в движении; провести тестирование бросков мяча в горизонтальную цель	Горизонтальная цель	Научатся: выполнять разминку в движении, тестирование бросков мяча в горизонтальную цель, упражнения на внимание; играть в спортивную игру гандбол. Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, броска мяча в горизонтальную цель, упражнения на внимание Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
96	Тестирование прыжка в длину с места	Провести тестирование прыжка в длину с места	Прыжки и их разновидности	Научатся: выполнять разминку со скакалками, тестирование прыжка в длину с места, упражнения на внимание Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение разминки со скакалками, прыжка в длину с места Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
97	Высокий старт и правильный поворот в челночном беге	Совершенствовать технику высокого старта и правильного поворота в челночном беге	Челночный бег	Научатся: выполнять организационные команды, разминку в движении, технику высокого старта, технику поворотов в челночном беге, челночный бег	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении по кругу, высокого старта, финиширования, поворота в челночном беге, челночного бега 3 x 5 м Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
98	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Провести тестирование бега на 30 м с высокого старта, упражнение на внимание	Высокий старт	Научатся: выполнять разминку в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, упражнения на внимание Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении по кругу, ускорения по 20 м, бега с высокого старта на 30 м, игрового упражнения на внимание «Класс, смирно» Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
99	Тестирования челночного бега 3 x 10 м	Разучить беговую разминку, провести тестирование челночного бега 3 x 10 м	Челночный бег	Научатся: выполнять беговую разминку, тестирование челночного бега 3 x 10 м, упражнения на внимание Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, беговой разминки, челночного бега 3 x 10 м Регулятивные: учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
100	Тестирование метания мяча на дальность	Повторить беговую разминку, провести тестирование метания мяча на дальность.	Метание мяча на дальность	Научатся: выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мяча на дальность. Получат возможность научиться: вести тетрадь по физической культуре	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, беговой разминки, метания мяча на дальность Регулятивные: учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

101		Круговая тренировка	Провести разминку в движении, круговую тренировку.	Станции круговой тренировки	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки (усложненный вариант)	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, круговой тренировки; Регулятивные: планировать действие в соответствии с поставленной задачей; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.
102		Тестирование бега на 1000 м. Обобщение изученного во 2 классе	Провести тестирование бега на 1000 м; повторить и обобщить изученное во 2 классе	Обобщение изученного	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие гибкости; сдавать тестирование бега на 1000 м Получат возможность научиться: Обобщение изученного во 2 классе	Познавательные: разминки, направленной на подготовку ног к длительному бегу и на развитие гибкости, бега на 1000 м с высокого старта Регулятивные: планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.

Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения

П/п	Наименование средств материально-технического обеспечения	Кол-во
1	Основная литература	
1.1	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2011 г.	Д
1.2	Рабочая программа по физической культуре	Д
1.3	Физическая культура. 1-4 классы: учеб. Для общеобразоват. Учреждений / В.И. Лях. – 13-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 190 с.: ил. – ISBN 978-5-09-026870-7.	П
2	Дополнительная литература для учителя	
2.1	Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»	Ф
2.2	Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.	Д
2.4	Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, 1998.	Д
3	Дополнительная литература для обучающихся	
3.1	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.	Д
4	Технические средства обучения	
4.1	Ноутбук	Д
4.2	Аудиозаписи	Д
5	Учебно-практическое оборудование	
5.1	Бревно гимнастическое напольное	П
5.2	Канат для лазанья	П
5.3	Стенка гимнастическая	Ф
5.4	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
5.5	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	П
5.6	Мячи: набивные весом 2 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные, регбийные.	Ф
5.7	Палка гимнастическая	К
5.8	Скакалка	К
5.9	Мат гимнастический	П
5.10	Кегли	К
5.11	Обруч пластиковый	Ф
5.12	Флажки: разметочные с опорой, стартовые	Д
5.13	Рулетка измерительная	Д
5.14	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям	Д
5.15	Лыжи (с креплениями и палками)	К
5.16	Щит баскетбольный тренировочный	Д
5.17	Сетка волейбольная	Д
5.18	Аптечка	Д

Д – демонстрационный экземпляр (1экземпляр);

К – полный комплект (для каждого ученика);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

П – комплект.