|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Тема**  **урока** | **Кол-во**  **часов** | **Тип урока** | **Характеристика деятельности учащихся** | **Вид контроля** | **Планируемые результаты освоения материала** | **Домашнее задание** | **Дата проведения** | |
| **План** | **Факт** |
| **Первая четверть – 27 часов.** | | | | | | | | | |
| 1 | Физическая культура.  **Легкая атлетика**  Техника безопасности. Высокий старт.  Бег. | 1 | Вводный | **Соблюдать**правила ТБ на уроках легкой атлетики.  **Осваивать**ходьбу под счет и двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. | Текущий | **Предметные:** Сформированность первоначальных представлений о ценностях физической культуры.  **Личностные:** воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей.  **Коммуникативные:**Совместно договариваться о правилах общения и поведения на уроках и следовать им. | Знать требования инструкций  Ходьба под счет | 1.09 |  |
| 2 | Физические упражнения.  Высокий старт.  Бег Прыжки в длину с места. | 1 | Обучение | **Осваивать**высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя.  **Осваивать**технику выполнения прыжка в длину с разбега с приземлением на обе ноги.  **Проявлять**выдержку во время игры. | Текущий | **Познавательные:**Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям.  **Предметные:** Расширение функциональных возможностей организма. | ОРУ № 1. Различные виды бега | 4.09 |  |
| 3 | Бег 30 м. Метание в цель. | 1 | Комплексный | **Освоить**умение менять частоту шагов при беге и прыгать через скакалку. **Соблюдать**правила техники безопасности при работе со скакал-кой и метание мяча.  **Участвовать**в подвижных играх. | Текущий | **Коммуникативные:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить.**Личностные:**Формирование социальной роли ученика. Формирование положи-тельного отношения к учению.**Рефлексивные:** Овладеют навыками организации и участия в коллективной деятельности. | ОРУ № 3  Различные виды бега | 5.09 |  |
| 4 | История физической культуры.  Тестирование.  Высокий старт. | 1 | Учетный | **Находить** отличия в технике выполнения ходьбы и бега  **Продемонстрировать**скоростно-силовые , силовые способности и гибкость.  **Проявлять**быстроту и ловкость во время подвижных игр | Текущий | **Предметные:**Отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих уроках.  **Коммуникативные:**Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог  **Познавательные:** Научаться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности. | Различные виды бега  ОРУ №5 | 8.09 |  |
| 5 | Тестирование.  Высокий старт. Техника бега. | 1 | Учетный | **Продемонстрировать**скоростно-силовые силовые способности. **Осваивать**умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы и бега. | Текущий | **Предметные:**Развитие основных физических качеств и расширение функциональных возможностей организма. **Регулятивные:**удержание цели урока, работа по плану, исправление ошибок .**Личностные:**Установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. | Техника бега  ОРУ№4 | 11.09 |  |
| 6 | Бег 30 м.  Метание мяча на дальность. | 1 | Учетный | **Различать и выполнять** строевые команды  **Продумывать**технику выполнения метания мяча на дальность. **Выявлять**характерные ошибки в технике выполнения метания. | Текущий | **Предметные:**Развитие основных физических качеств и расширение функциональных возможностей организма. **Регулятивные:**Удержание цели урока, определять границы умения и неумения, работа по плану; **Познавательные:**Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. | Метание мяча на дальность  ОРУ №1 | 12.09 |  |
| 7 | Высокий старт.  Бег 30, 300 м. Прыжок в длину с разбега. | 1 | Учетный | **Объяснять**возможностьизменения скорости передвижения в беге и ходьбе за счет частоты шагов.  **Продемонстрировать**  умение бегать с максимальной скоростью 30м. | Текущий | **Предметные:**Развитие основных физических качеств и расширение функциональных возможностей организма. **Познавательные:**Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной  работы всего класса.  **Регулятивные:**Удержание цели урока, определять границы уме-ния и неумения, работа по плану. | Прыжок в длину с разбега  ОРУ №7 | 15.09 |  |
| 8 | Метание мяча на дальность. Прыжок в длину с разбега.  Бег 400 м. | 1 | Учетный | **Осваивать**умение выполнять отведение руки для замаха в метании и попадание на брусок отталкивания при прыжке в длину с разбега. **Принимать** адекватные решения в условиях игры. | Текущий | **Предметные:**Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками. **Регулятивные:**Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно **Рефлексивные:** Научаться владеть навыками контроля своей деятельности. | Метание мяча, прыжок в длину, ОРУ №13 | 18.09 |  |
| 9 | Бег 500 м. Метание мяча в цель. | 1 | Учетный | **Осваивать**технику бега на средние дистанции.  **Взаимодействовать**в парах и группах при выполнении технических действий в играх. | Текущий | **Предметные:**Формирование культуры движений.  **Коммуникативные:**Понимание принятие различных позиций и точки зрения на предмет.  **Регулятивные:**Принятие учебной задачи, работа по плану, оценка своей работы по заданным критериям. | Метание мяча. Специальные беговые упражнения. | 19.09 |  |
| 10 | Метание мяча на дальность. Прыжок в длину с разбега. | 1 | Совершенств. | **Осваивать**ходьбу и технику броска. **Описывать**технику попадания на брусок отталкивания. **Научиться**общаться в игре. | Текущий | **Регулятивные:**Учиться отличать верное выполненное задание от неверного. **Личностные:**Освоить роли ученика; формирование интереса (мотивации) к учению. **Предметные:**Развитие физических качеств и физических способностей. | Ходьба со сменой положе ния рук. Бег в медленном темпе. ОРУ № 8. | 22.09 |  |
| 11 | Бег 1000 м. Метание мяча на дальность. | 1 | Учетный | **Продумывать**технику метания и **выявлять**ошибки. **Осваивать** бег на выносливость и умение восстанавливать дыхание. | Текущий | **Познавательные:**Научаться простейшим способам контроля за физической нагрузкой.  **Личностные:**Подчинение своих желаний сознательно поставлен-ной цели. **Регулятивные:**Научаться планировать и определять после-довательность промежуточных целей с учётом конечного результата. | Бег в мед-ленном темпе. Определение ЧСС. ОРУ № 11. | 25.09 |  |
| 12 | Бег 30, 60 м.  Метание мяча. | 1 | Учетный | **Осваивать**технику бега на короткие дистанции.  **Научиться**выполнять вис, согнув руки на перекладине. **Моделировать**игровые ситуации. | Текущий | **Познавательные:**Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической подготовленности.  **Личностные:**Проявление активности, стремление к получению новых знаний  **Регулятивные:**Корректировать выполнение задания в соответствии с планом, условиями выполнения, результатом действий на определенном этапе. | Бег в чере-довании с ходьбой. ОРУ № 13. | 26.09 |  |
| 13 | Самостоятельн.  занятия.  Метание мяча на дальность.  Кросс 300 м. | 1 | Учетный | **Осваивать**технику метания малого мяча**и**бега по пресеченной местности.  **Научиться**общаться и взаимодействовать в играх. | Текущий | **Рефлексивные:**Научиться объективно оценивать свои учебные достижения.  **Познавательные:**Анализировать, сравнивать различные упражнения.  **Личностные:**Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели. | Бег в мед-ленном темпе.  ОРУ № 19. Определение ЧСС | 29.09 |  |
| 14 | Высокий старт. Метание мяча на дальность.  Прыжки через скакалку. | 1 | Учетный | **Различать**разные виды бега, оценивать свое состояние.  **Проявлять**качества силы, быстроты, координации при метании мяча на дальность и  прыжках через скакалку. | Текущий | **Метапредметные:**Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. **Коммуникативные:**Договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместной деятельности.  **Познавательные:**Определение основной и второстепенной информации. | Ходьба на носках, на пятках. Специальные беговые упражнения.  ОРУ № 1. | 2.10 |  |
| 15 | Метание в цель. Эстафета.  Челночный бег. | 1 | Комплексный | **Осваивать**технику выполнения упражнений групповым методом.  **Освоить**технику выполнения тройного прыжка с места.  **Проявлять**в эстафетахкачества силы, координации и выносливости. | Текущий | **Предметные:**Развитие основных физических качеств и расширение функциональных возможностей организма. **Регулятивные:**Научаться планировать - определять последовательность .промежуточных целей с учетом  конечного результата. **Личностные:**Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели. | Метание в цель. Челночный бег. | 3.10 |  |
| 16 | **Подвижные игры**  ТБ на занятиях играми.  Прыжки через скакалку. | 1 | Комплексный | **Подготавливать**площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  **Проявлять**смелость, решительность и инициативность в играх. | Текущий | **Личностные:**Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач.  **Познавательные:**Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения.  **Коммуникативные:**Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, активно включаться во взаимодействие со сверстниками. | Знать требования инструкций  Прыжки через скакалку. | 6.10 |  |
| 17 | Подвижные игры.  Подтягивание в висе лежа. | 1 | Комплексный | **Моделировать**сочетание различных видов ходьбы и бега. **Продемонстрировать**силовые способности при подтягивании. **Проявлять**находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр. | Текущий | **Регулятивные:**Учащиеся научатся: выделять и осознавать, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознать качества и уровни усвоения. **Личностные**: Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач.  **Коммуникативные:**Учащиеся научатся: проявлять творческий подход и искать нестандартные способы решения задания, данного учителем*.* | ОРУ №6  Подтягива-ние в висе лежа. | 9.10 |  |
| 18 | Повороты на месте.  Подвижные игры. Вис, согнув руки. | 1 | Комплексный | **Называть**упражнения, входящие в комплекс утренней зарядки.  **Выполнять** упражнения утренней зарядки.  **Осваивать**технику прыжка через скакалку. | Текущий | **Познавательные:** Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми.**Личностные**: Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач.  **Коммуникативные:**Отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета. | ОРУ № 8  Подтягива-ние в висе лежа. | 10.10 |  |
| 19 | Подвижные игры.  Плавание. | 1 | Комплексный | **Различать** разные виды ходьбы. **Освоить** игры с мячами, бегом и метаниями. **Осваивать** технику прыжка через скакалку. | Текущий | **Познавательные:** Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.  **Личностные:**Проявление активности, подчинение своих желаний сознательно поставленным целям.  **Коммуникативные:** Учащиеся научатся: устанавливать и соблюдать очерёдность действий, сравнивать полученные результаты. | ОРУ № 4.  Техника плавания. Кроль на груди. Упражнения на суше. | 13.10 |  |
| 20 | Подвижные игры. Прыжок в длину с места.  Плавание. | 1 | Комплексный | **Осваивать**умение играть в подвижные игры с мячами.  **Соблюдать**дисциплину во время проведения эстафет.  **Демонстрировать**прыжок в длину с места. | Текущий | **Регулятивные:**Научиться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности. **Познавательные:**Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.  **Личностные:**Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. | ОРУ № 13  Техника плавания. Кроль на груди. Упражнения на суше. | 16.10 |  |
| 21 | Подвижные игры. Метание в цель. | 1 | Комплексный | **Осваивать**технику  метания мяча в цель.  **Моделировать** умение играть в подвижные игры с бегом и метаниями. | Текущий | **Метапредметные:** Определять наиболее эффективные способы достижения результатов.  **Познавательные:** Действие по готовому алгоритму, принятие и удерживание готовой учебной задачи. **Личностные:**Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели. | ОРУ № 5. Прыжки через скакалку. Отжимание | 17.10 |  |
| 22 | Подвижные игры.  Плавание. | 1 | Комплексный | **Определять** причины возникновения трудностей в выполнении ходьбы и бега.  **Освоить**умение играть в подвижные игры с мячами и на внимание. | Текущий | **Предметные:**Развитие физических качеств и физических способностей  **Регулятивные:**Оценка своего задания. **Личностные:**Отработка навыков групповой работы. | ОРУ № 10.  Техника плавания. Дельфин. Упражнения на суше. | 20.10 |  |
| 23 | Подвижные игры. Бег на выносливость.  Плавание. | 1 | Комплексный | **Уметь**играть в подвижные игры с мячом, бегом, прыжками.  **Излагать** правила и условия проведения игры**.** | Текущий | **Предметные:**Обогащение двигательного опыта физическими упражнениями**.**  **Личностные:**Управление своими эмоциями в различных ситуациях.  **Регулятивные:**Вносить изменения в способ действия. | ОРУ № 9. | 23.10 |  |
| 24 | Подвижные игры. Прыжки  через скакалку. | 1 | Комплексный | **Характеризовать**влияние утренней зарядки на организм.  **Осваивать**технику выполнения прыжка через скакалку. | Текущий | **Коммуникативные:** Контролировать и оценивать процесс и результат действия.  **Метапредметные:** Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. **Личностные:** Отработка навыков групповой работы. | Приседания. Прыжки через скакалку. Отжимание | 24.10 |  |
| 25 | **Баскетбол**  ТБ на занятиях по баскетболу.  Ведение мяча. | 1 | Обучение | **Осваивать** стойку б/б и специальные передвижения без мячаи ведением мяча.  **Проявлять**быстроту и ловкость во время игр. | Текущий | **Познавательные:**Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем.  **Личностные:**Проявление активности, стремление к получению новых знаний;  **Коммуникативные:**Формирова -нию умений планировать общую цель и пути её достижения. | Знать требования инструкций  ОРУ № 16 | 27.10 |  |
| 26 | Ведение мяча. Игра «Мяч ловцу». | 1 | Обучение | **Осваивать**умение передвигаться в стойке баскетболиста.  **Описывать** умение выполнять ведение мяча на месте и в движении. | Текущий | **Коммуникативные:**Формированию умений планировать общую цель и пути её достижения. **Личностные:**Проявление активности, стремление к получению новых знаний. **Познавательные:**Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физического развития. | ОРУ № 14 | 30.10 |  |
| 27 | Ведение мяча. Повороты на месте. Бросок в кольцо. | 1 | Комплексный | **Различать**разные виды бега, уметь менять направление во время бега.  **Освоить**умение вести мяч «восьмеркой» и без зрительного контроля.  **Осваивать**передачи мяча и броски в кольцо.**Проявлять**быстроту и ловкость во время игр. | Текущий | **Коммуникативные:**Договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в  совместной деятельности.  **Личностные:**Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач.  **Познавательные:**Научиться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической подготовленности. | ОРУ № 12. | 31.10 |  |
| **Вторая четверть – 21 час.** | | | | | | | | | |
| 28 | Ведение и передача мяча.  Поднимание туловища. | 1 | Учетный | **Характеризовать** передвижения в стойке б/б.  **Осваивать** ведение и передачи мяча.**Продемонстрировать**силовые способности. | Текущий | **Коммуникативные:** Понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы.  **Метапредметные:**Определять наиболее эффективные способы достижения результата.  **Познавательные:**Поиск и выде-ление необходимой информации. | ОРУ № 16. | 10.11 |  |
| 29 | Ведение и передача мяча.  Подтягивание. | 1 | Учетный | **Демонстрировать**пе-редвижения в стойке б/б. **Осваивать**умениевыполнять различные передачи мяча и вести его.  **Продемонстрировать**силовые способности. | Текущий | **Рефлексивные:**Владение уме-нииями совместной деятельности.  **Метапредметные:** Научаться технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использование их в игровой деятельности. | ОРУ № 8. | 13.11 |  |
| 30 | Ведение и передача мяча. Бросок в кольцо. | 1 | Комплексный | **Объяснять**технику выполнения строевых команд.  **Осваивать**технику выполнения упражнений групповым методом.  **Освоить**  технику прыжков через набивные мячи. | Текущий | **Метапредметные:** Научаться правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.  **Коммуникативные:**Адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнера и вносить необходимые коррективы в интересах достижения общего результата. | Бег: в стойке баскетбо-листа. Бросок в кольцо. Ведение мяча | 14.11 |  |
| 31 | Самостоятельн.  Занятия.  **Гимнастика**  ТБ на занятиях гимнастикой  Кувырок вперед. | 1 | Обучение | **Соблюдать**правила ТБ на уроках гимнастики.  **Осваивать** технику кувырка вперед. **Проявлять**качества силы, координации и выносливости в эстафете. | Текущий | **Коммуникативные:**Умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге.  **Познавательные:**Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем.  **Личностные:**Формирование у ребёнка ценностных ориентиров в области физической культуры. | Знать требования инструкций  Кувырок вперед.  ОРУ №17 | 17.11 |  |
| 32 | Физкультурно – оздоровительная деятельность.  Кувырок назад. Стойка на лопатках. | 1 | Обучение | **Различать и выполнять** строевые команды.**Продумывать**технику  кувырка назад и стойки на лопатках. | Текущий | **Познавательные:**Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.  **Метапредметные:** Обнаружение ошибок при выполнение учебных заданий, отбор способов их исправления.  **Предметные**: Ознакомление учащихся с гимнастической терминологией. | ОРУ № 13. Стойка на лопатках. Кувырок назад. | 20.11 |  |
| 33 | Физкультурно – оздоровительная деятельность.  Кувырок вперед. Лазание по  канату.  Прыжки через скакалку. | 1 | Комплексный | **Освоить**умение менять направление во время бега  **Осваивать**технику лазания по канату упражнения на гибкость.  **Освоить**упражнения на внимание. | Текущий | **Предметные**: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток.  **Познавательные:**Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения.  **Коммуникативные:**Выполняя различные роли в группе сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи). | Кувырок вперед. Прыжки через скакалку. | 21.11 |  |
| 34 | Физкультурно – оздоровительная деятельность.  Висы и упоры.  Кувырок назад. Стойка на лопатках. | 1 | Обучение | **Выполнять** перестроения.  **Осваивать**технику выполнения стойки на лопатках и кувырок назад.  **Освоить**упражнения на гимнастической стенке. | Текущий | **Коммуникативные:**Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми. **Рефлексивные:**Владение умениями совместной деятельности. **Личностные:** Активное включение в общение со сверстниками. | Гимнастика для глаз. ОРУ № 18. Стойка на лопатках. Кувырок назад. | 24.11 |  |
| 35 | «Мост».  Висы и упоры. | 1 | Обучение | **Осваивать**«мост» итехнику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.  **Проявлять**качества силы, координации и выносливости в эстафетах. | Текущий | **Предметные**: Научаться выполнять упражнения прикладной направленности.  **Познавательные:**Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем.  **Регулятивные:** Ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. | ОРУ № 4. Стойка на лопатках. «Мост» из и. п. лежа. | 27.11 |  |
| 36 | Висы и упоры. Упражнения на пресс. | 1 | Комплексный | **Демонстрировать**перестроение. **Осваивать**технику выполнения упражнений групповым методом.  **Проявлять**качества силы, быстроты в эстафетах. | Текущий | **Предметные**: Научаться выполнять комплексы на развитие координации.  **Рефлексивные:**Владение умениями совместной деятельности.  **Личностные:**развитие самостоятельности в поиске решения различных задач. | *Поднимание и опускание туловища. Прыжки через скакалку.* | 28.11 |  |
| 37 | «Мост».  Висы и упоры | 1 | Совершенств. | **Осваивать**повороты на месте.  **Осваивать**технику выполнения стойки на лопатках и упражнение «мост» **Продемонстрировать**силовые способности.  **Освоить**упражнения на внимание. | Текущий | **Предметные**: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений осанки.  **Личностные:**Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач.  **Познавательные:**Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | ОРУ № 1. Стойка на лопатках. «Мост». | 1.12 |  |
| 38 | Лазание по канату.  Висы и упоры. | 1 | Комплексный | **Осваивать** технику кувырка вперед и назад в упор присев.  **Описывать и осваивать**технику гимнастических упражнений на снарядах.  **Проявлять**качества быстроты в эстафетах | Текущий | **Рефлекторные:**Научиться навыкам контроля своей деятельности.  **Коммуникативные**: Устанавливать и соблюдать очередность действий.  **Предметные:** Формирование культуры движения. | ОРУ № 19.. Кувырок вперед и назад. Висы и упоры. | 4.12 |  |
| 39 | Лазание по канату и гим-кой стенке.  Приседания. | 1 | Комплексный | **Различать и выполнять** строевые команды.  **Описывать и осваивать**технику гимнастических упражнений на снарядах.  **Осваивать**умение выполнять приседания и прыжки через скакалку в темпе. | Текущий | **Личностные:**Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели.  **Познавательная:** Научиться простейшим способам контроля за отдельными показателями физического развития.  **Регулятивные:** Преобразовывать познавательную задачу в практическую. | ОРУ № 15. Приседания. Прыжки через скакалку. | 5.12 |  |
| 40 | Лазание по канату.  «Мост».  Эстафеты. | 1 | Комплексный | **Демонстрировать**перестроения. **Описывать и осваивать** упражнения в равновесии, лазание по канату, прыжки через скакалку. | Текущий | **Метапредметные:**обнаружение ошибок при 10выполнении учебных заданий, отбор способов их исправлении.  **Коммуникативные**: Учащиеся научатся проявлять творческий подход и искать способы решения задания, данного учителем. | ОРУ № 5. Упражнения в равновесии «Мост». | 8.12 |  |
| 41 | Опорный прыжок.  Стойка на лопатках.  «Мост». | 1 | Учетный. | **Освоить**технику прыжка через гимнастического козла.  **Продемонстрировать**стойку на лопатках, «мост» и силу.  **Осваивать**упражнение на внимание. | Текущий | **Личностные:**Отработка навыков самостоятельной и групповой работы. **Познавательные:**Научаться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности. **Регулятивные:**Определять правильность выполнения задания на основе сравнения с предыдущими заданиями. | ОРУ № 20. Стойка на лопатках. «Мост». | 11.12 |  |
| 42 | Лазание по канату.  Опорный прыжок. Прыжки через скакалку. | 1 | Учетный | **Демонстрировать**перестроения.**Осваивать**технику выполнения опорного прыжка. **Проявлять**находчивость в решении игровых задач, возникающих в игре.**Продемонстрировать**прыжки через скакалку. | Текущий | **Предметные**: Обогащение двигательного опыта физическими упражнениями. **Личностные:** Отработка навыков самостоятельной и групповой работы. **Коммуникативные:** Учиться согласовано работать в группе. | Опорный прыжок. Прыжки через скакалку. Приседания. | 12.12 |  |
| 43 | Опорный прыжок.  «Мост».  Тестирование | 1 | Учетный | **Осваивать**бег с остановками.  **Демонстрировать** «мост» из положения лежа.**Соблюдать** технику безопасности при опорном прыжке.  **Продемонстрировать**подтягивание и прыжок в длину с места. | Текущий | **Регулятивные:** Учиться отличать верно выполненное задание от неверного. **Личностные:** Проявление активности, стремление к получению новых знаний. **Познавательные:** Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, играми. | ОРУ № 4. «Мост». Опорный прыжок. | 15.12 |  |
| 44 | Опорный прыжок.  Тестирование. | 1 | Учетный | **Различать** разные виды ходьбы. **Демонстрировать**опорный прыжок.  **Продемонстрировать**силу, гибкость, скоростно-силовые качества при сдаче контрольных нормативов. | Текущий | **Коммуникативные**: Учиться планировать работу в группе.  **Предметные:** Развитие физических способностей.  **Рефлексивные:**Научится объективно оценивать свои учебные достижения. | Поднимание туловища. Прыжки через скакалку.  Опорный прыжок. | 18.12 |  |
| 45 | Висы. Лазанье по канату. | 1 | Комплексный | **Освоить**ходьбу и бег.  **Осваивать**технику выполнения упражнений на снарядах. **Взаимодействовать**в парах во время игры. | Текущий | **Личностные:** Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели. **Познавательные:** Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физического развития.  **Предметные:** Развитие физических качеств и физических способностей. | Ходьба с 11скорением и замедлением темпа. Прыжок в длину с места. Приседания. | 19.12 |  |
| 46 | Сюжетно – ролевая игра «Альпинист». | 1 | Комплексный | **Продемонстрировать**полученные навыки выполнения гимнастических упражнений с элементами лазанья и перелезания. **Соблюдать** правила техники безопасности. | Текущий | **Рефлексивные:** Научаться владеть навыками контроля своей деятельности. **Метапредметные**: Научиться видеть красоту движений. **Регулятивные:** Удерживать учебную задачу. | ОРУ № 11. | 22.12 |  |
| 47 | Сюжетно – ролевая игра «Альпинист». | 1 | Комплексный | **Продемонстрировать**полученные навыки выполнения гимнастических упражнений с элементами лазанья и перелезания. **Соблюдать** правила техники безопасности. | Текущий | **Регулятивные:** Оценка своего задания по следующим параметрам: Легко выполнять, возникли сложности при выполнении. **Коммуникативные:** Учащиеся научатся: устанавливать и соблюдать очередность действий, сравнивать полученные результаты. | ОРУ № 11. | 25.12 |  |
| 48 | Лазание по канату. Прыжки через скакалку. | 1 | Комплексный | **Моделировать**сочетание различных видов ходьбы.  **Осваивать**технику выполнения упражнений групповым методом.  **Проявлять**смелость и волю в играх. | Текущий | **Познавательные:** Преобразовы –вать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. **Личностные:** Управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях. **Предметные:** Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием. | Отжимание Прыжки | 26.12 |  |
| **Третья четверть – 30 часов.** | | | | | | | | | |
| 49 | **Лыжная**  **подготовка**  ТБ на занятиях по лыжной под- готовке.  Скользящий  шаг. | 1 | Вводный | **Соблюдать**дисциплину и правила т /б на лыжах.  **Уметь**подбирать лыжи. **Осваивать** универсальные умения по взаимодействию в группах при разучивании лыжных ходов. | Текущий | **Регулятивные**: Формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. **Предметные:** Обогащение двигательного опыта жизненно важными двигательными умениями и навыками. **Рефлексивные:** Владение умениями совместной деятельности. | Знать требования инструкций  Скользящий шаг. | 12.01 |  |
| 50 | Скользящий  шаг. Спуски.  Подъем «полуелочкой». | 1 | Обучение | **Объяснять**технику выполнения поворотов.  **Осваивать**умение  передвигаться скользящим шагом. **Проявлять**быстроту и ловкость во время игры. | Текущий | **Личностные:** Проявление активности, стремление к получению новых знаний.  **Познавательные:** Поиск и выделение необходимой информации. | Спуски.  Подъем «полуелоч-кой». | 15.01 |  |
| 51 | *Ступающий шаг.*  Скользящий шаг. | 1 | Комплексный | **Описывать и освоить** поворот «солнышко».**Моделировать**технику базовых способов передвижения на лыжах.  **Осваивать**технику спусков и подъемов. | Текущий | **Предметные:** Формирование навыка систематического наблюдения за выносливостью.  **Коммуникативные:** Учащиеся научатся устанавливать и соблюдать очередность действий.  **Личностные:** Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками. | *Ступающий шаг.*  Скользящий шаг. | 16.01 |  |
| 52 | Скользящий шаг. Спуски и подъемы. | 1 | Обучение | **Описывать**скользящий шаг.  **Проявлять**координацию при выполнении поворотов.**Проявлять**быстроту во время игры. | Текущий | **Познавательные**: Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения.  **Предметные**: Расширение функциональных возможностей организма. **Регулятивные:**Вносить изменения в план действия. | Скользящий шаг. Повороты в движении. | 19.01 |  |
| 53 | Лыжные ходы.  Спуски. Повороты переступанием. | 1 | Обучение | **Описывать и осваивать**  передвижение попеременно-двухшажным ходом. **Проявлять**координацию во время игры. **Объяснять**технику выполнения поворотов. | Текущий | **Коммуникативные:** Учится согласованно работать на уроке.  **Личностные:** Освоение личностного смысла учения, желание учиться. **Предметные:** Обогащение двигательного опыта жизненно важными двигательными умениями и навыками. | Скользящий и попере-менно – двухшаж-ный ход. Повороты переступа-нием. | 22.01 |  |
| 54 | *Повороты на месте и в движении. Спуски и подъемы.* | 1 | Комплексный | **Выявлять**характерные    ошибки при  выполнении поворотов. **Объяснять**технику выполнения спусков и подъемов. **Моделировать**  передвижение попеременно -двухшажным ходом. | Текущий | **Регулятивные:** Формулировать и удерживать учебную задачу.  **Метапредметные:** Формирование способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха. **Познавательные**: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физического развития. | Скользящий и попеременно – двухшаж-ный ход. Повороты переступа-нием. | 23.01 |  |
| 55 | Лыжные ходы.  Торможение «плугом». | 1 | Обучение | **Проявлять**координацию при выполнении спусков и подъемов. **Моделировать**технику базовых способов передвижения на лыжах.  **Описывать**технику торможение «плугом». | Текущий | **Рефлексивные:** Научаться владеть навыками контроля своей деятельности. **Личностные:** Управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях. **Метапредметные:** Научаться правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта. | Подъем «полуелоч-кой». Торможение «плугом». | 26.01 |  |
| 56 | Одноврем.  бесшажный ход  Торможение «плугом». | 1 | Обучение | **Описывать и осваивать**  передвижение одновременным бесшажным ходом. **Объяснять**технику выполнения поворотов.**Проявлять**выносливость. | Текущий | **Предметные:** Расширение функциональных возможностей организма.**Регулятивные:** Формирование умения учиться.  **Коммуникативные**: Точно выполнять свою часть работы. | Одновре-менный бесшажный ход. | 29.01 |  |
| 57 | Ступающий и скользящий шаг. Эстафета. | 1 | Комплексный | **Осваивать**умение выполнять  подъем и спуски.**Проявлять**быстроту и ловкость во время  эстафеты.**Моделировать**технику базовых способов передвижения на лыжах | Текущий | **Познавательные:**Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. **Личностные:** Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимопомощи и уважения. | Прохождение отрезков ступающим и скользящим шагом. Бесшажный ход. | 30.01 |  |
| 58 | Лыжные ходы.  Повороты в движении. | 1 | Обучение | **Демонстрировать**поворот переступанием.**Осваивать**технику базовых способов передвижения на лыжах.  **Проявлять**скоростные качества во время игры. | Текущий | **Регулятивные:**Оценка своей работы по заданным критериям.  **Коммуникативные:**Умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге.  **Предметные:**Развитие физических качеств. | Одновре-менный бесшажный и попеременно-двухшажный ход. | 2.02 |  |
| 59 | Подъемы на склон. Спуски и торможение. | 1 | Учетный | **Демонстрировать**подъем и торможение «плугом».  **Проявлять**выносливость при прохождении дистанции 1 км. | Текущий | **Познавательные:** Уметь применять полученные знания в различных вариантах. **Коммуникативные:** Обращаться за помощью и задавать вопросы учителю. | Подъем «полуелоч-кой» и торможение «плугом». | 5.02 |  |
| 60 | Одноврем.  бесшажный ход. Повороты переступанием | 1 | Комплексный | **Осваивать**технику выполнения упражнений групповым методом.  **Освоить**умение выполнятьстартовый разгон. | Текущий | **Метапредметные:**Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправлений. **Рефлексивные:**Владения умениями совместной деятельности **Познавательные:** Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. | Повороты в движении переступанием. Подъемы и спуски. | 6.02 |  |
| 61 | Одноврем.  бесшажный ход.  Развивать выносливость. | 1 | Учетный | **Проявлять**выносливость.  **Демонстрировать**повороты переступанием.**Осваивать**умение передвигаться одновременным бесшажным ходом. | Текущий | **Регулятивные:** Устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.  **Познавательные:** Использовать общие приемы решения задач.  **Предметные:** Отработка знаний и умений. | Одновременный бесшаж-ный ход. | 9.02 |  |
| 62 | Попеременно-двухшажный ход.  Дистанция 1 км. | 1 | Учетный | **Демонстрировать** попеременно - двухшажный ход. **Продемонстрировать**  передвижение по пересеченной местности. | Текущий | **Регулятивные:** Предвидеть уровень усвоения знаний.  **Познавательные:** Ставить и формулировать проблемы, выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. | Попеременно-двухшажный ход. | 12.02 |  |
| 63 | Развитие скоростных качеств. Спуски и подъемы. | 1 | Комплексный | **Применять**правила подбора одежды для занятий лыжами. **Демонстрировать**умение  выполнять подъемы, спуски и повороты переступанием. | Текущий | **Познавательные:** Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Коммуникативные:** Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности. **Личностные:**Проявление активности и управление своими эмоциями. | Попеременно-двухшажный ход. | 13.02 |  |
| 64 | Лыжные ходы.  Эстафета. Игры. | 1 | Учетный | **Демонстрировать**технику базовых способов передвижения на лыжах.  **Проявлять**быстроту и ловкость во время подвижных игр. | Текущий | **Регулятивные:** Использовать установленные правила в контроле способа решения. **Предметные:** Развитие физических способностей. **Личностные:**Проявление активности и управление своими эмоциями. | Попеременно-двухшажный и одновре-менный бесшажный ход | 16.02 |  |
| 65 | Спуски. Игры.  Развивать выносливость. | 1 | Совершенств. | **Продемонстрировать**умение  передвигаться по пересеченной местности.**Осваивать**технику спусков и подъемов в играх. | Текущий | **Метапредметные:** Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. **Рефлексивные:**Научиться владеть навыками контроля своей деятельности. | Попеременно-двухшажный и одновре-менный бесшажный ход | 19.02 |  |
| 66 | Лыжные ходы.  Спуски и подъемы. | 1 | Комплексный | **Осваивать**универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. | Текущий | **Регулятивные:** Стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач.  **Познавательные:** Уметь применять полученные знания в различных вариантах.  **Предметные:** Развитие физических качеств. | Попеременно-двухшажный и одновре-менный бесшажный ход | 20.02 |  |
| 67 | **Подвижные**  **игры**  Плавание | 1 | Комплексный | **Освоить**ловлю и передачу мяча.**Проявлять**беговую выносливость. **Осваивать**умение играть в подвижные игры с бегом. | Текущий | **Познавательные:** Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. **Предметные:** Формировать осанку **Рефлексивные:** Владение умениями совместной деятельности. | Повороты на месте. / ОРУ № 12. | 23.02 |  |
| 68 | Подвижные  игры.  Плавание. | 1 | Комплексный | **Осваивать**умение играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.  **Применять** упражнения на внимание. | Текущий | **Регулятивные:** Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик.  **Коммуникативные:** Задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности.  **Метапредметные:** Определять наиболее эффективные способы достижения результата. | Ходьба на носках, на пятках. Бег. ОРУ № 19. | 26.02 |  |
| 69 | Подвижные  игры. Прыжки через скакалку. | 1 | Учетный | **Осваивать**технику выполнения упражнений групповым методом.  **Освоить**игры на внимание.  **Демонстрировать**умение прыгать через скакалку | Текущий | **Предметные:**Развитие физических качеств и физических способностей **Регулятивные:**Оценка своего задания.  **Личностные:**Отработка навыков групповой работы. | Приседания. Прыжки через скакалку. | 27.02 |  |
| 70 | **Баскетбол**  Ведение мяча.  Плавание. | 1 | Обучение | **Соблюдать** дисциплину и правила техники безопасности при работе на баскетбольной площадке.  **Осваивать**перемещения в стойке б/б и ведение мяча. | Текущий | **Регулятивные:** Вносить дополнения и изменения в план действия. **Рефлексивные:** Владения умениями совместной деятельности.**Коммуникативные:**Учится планировать работу в группе. | ОРУ №8. Перемещения в стойке баскетболиста Ведение мяча на месте, в движении. | 2.03 |  |
| 71 | Ведение и передачи мяча.  Плавание. | 1 | Обучение | **Осваивать**умение  выполнять различные варианты передачи мяча.  **Продемонстрировать** силу. | Текущий | **Познавательные:** Анализировать, сравнивать упражнения.  **Предметные:** Формирование навыка систематического наблюдения за величиной физических нагрузок.  **Личностные:**Отработка навыков групповой работы. | ОРУ №6. Передачи мяча двумя руками от груди. | 5.03 |  |
| 72 | Ведение и передачи мяча. Бросок в кольцо. | 1 | Комплексный | **Осваивать**умение  передвигаться в стойке баскетболиста. **Осваивать**технику выполнения броска в кольцо.  **Выполнять**игровые действия с мячом. | Текущий | **Коммуникативные:** Умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге. **Личностные:**Отработка навыков групповой работы. **Регулятивные:**Самостоятельно определять важность или необходимость выполнения различных заданий в учебном процессе. | ОРУ №6. Передачи мяча двумя руками от груди. | 6.03 |  |
| 73 | Ведение и передачи мяча.  Поднимание туловища. | 1 | Учетный | **Различать** разные виды ходьбы. **Осваивать**умение  выполнять сочетание ведения мяча с передачей. **Продемонстрировать**силу при сдаче норматива. | Текущий | **Регулятивные:** Преобразовывать практическую задачу в познавательную. **Метапредметные:** Определять наиболее эффективные способы достижения результата. **Предметные:** Развитие физических способностей. | ОРУ №4. Передачи мяча двумя руками от груди. Ведение мяча | 9.03 |  |
| 74 | Ведение и передачи мяча.  Эстафета. | 1 | Совершенств. | **Осваивать**разные виды ходьбы. **Описывать и осваивать**выполнения ведения мяча с остановкой и передачей. | Текущий | **Познавательные:**Находить ответы на вопросы, используя информацию, полученную на уроке **Регулятивные:**Определять границы умения и неумения.  **Личностные:**Отработка навыков групповой работы. | ОРУ № 16. | 12.03 |  |
| 75 | Ведение и передачи мяча. Бросок в кольцо. | 1 | Комплексный | **Различать** разные виды ходьбы. **Осваивать**технику выполнения передачи мяча.  **Проявлять**качества силы, координации и выносливости в эстафете. | Текущий | **Предметные:** Развитие физических качеств.  **Коммуникативные:** Задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности.  **Метапредметные:** Определять наиболее эффективные способы достижения результата. | ОРУ № 6. Бег обычный и приставными шагами | 13.03 |  |
| 76 | Ведение и передачи мяча.  Подтягивание.  Поднимание туловища. | 1 | Учетный | **Освоить**сочетания ведения и передач баскетбольного мяча.  **Излагать**правила и условия проведения подвижной игры.  **Продемонстрировать**силу при сдаче норматива. | Текущий | **Регулятивные:** *В*носить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия во время эстафеты.  **Познавательные:** Анализировать, сравнивать упражнения.  **Предметные:** Развитие физических способностей. | ОРУ №4. | 16.03 |  |
| 77 | Ведение и передачи мяча.  Эстафета. | 1 | Совершенств. | **Осваивать** ведение мяча с остановкой и передачей.**Проявлять**качества силы, координации и выносливости в эстафете. | Текущий | **Коммуникативные:** Умение слушать и вступать в диалог.  **Регулятивные**: Вносить необходимые дополнения и изменения в план действий.  **Личностные:**Отработка навыков самостоятельной работы. | ОРУ № 16. | 19.03 |  |
| 78 | Ведение мяча и повороты. Бросок в кольцо. | 1 | Комплексный | **Объяснять и демонстрировать**технику выполнения строевых команд.  **Осваивать**технику выполнения ведения мяча. | Текущий | **Регулятивные:** Самостоятельно определять важность или необходимость выполнения различных заданий в учебном процессе. **Метапредметные:**Формирование способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха. **Личностные:** Отработка навыков групповой работы. | ОРУ № 6. | 20.03 |  |
| **Четвертая четверть – 27 часов.** | | | | | | | | | |
| 79 | Ведение, передачи мяча.  Остановка прыжком. Бросок в кольцо. | 1 | Совершенств. | **Различать** разные виды ходьбы. **Осваивать** бросок в кольцо, играть в мини баскетбол. | Текущий | **Познавательные:** Научатся простейшим способам контроля  за физической нагрузкой.  **Регулятивные:**Вносить изменения в способ действия.  **Личностные:**Отработка навыков самостоятельной работы. | ОРУ № 13. | 2.04 |  |
| 80 | Ведение, передачи мяча. Бросок в кольцо.  Тестирование. | 1 | Комплексный | **Осваивать**сочетания ведения мяча с остановками. **Освоить**бросок в кольцо. **Проявлять**выдержку во взаимоотношениях со сверстниками во время игр. | Текущий | **Познавательные:** Анализировать, сравнивать упражнения.  **Предметные:** Формирование навыка систематического.  **Рефлексивные:** Научаться объективно оценивать свои учебные достижения. | ОРУ № 6. Подтягива-ние. Прыжок в длину с места. | 3.04 |  |
| 81 | Ведение, передачи мяча. Повороты с мячом. | 1 | Комплексный | **Различать** разные виды бега.  **Осваивать**технику выполнения поворота с мячом.  **Проявлять** быстроту, ловкость и точность во время подвижных игр. | Текущий | **Коммуникативные:** Формировать собственное мнение и позицию.  **Предметные:**Развитие физических качеств и физических способностей **Метапредметные:**Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. | Ведение мяча «восьмер-кой» и без зрительного контроля. | 6.04 |  |
| 82 | Ведение,  остановки и бросок в кольцо. Тестирование. | 1 | Комплексный | **Находить** отличия в технике выполнения ходьбы и бега.  **Продемонстрировать**силу и гибкость при сдаче нормативов. **Осваивать** игру в мини баскетбол. | Текущий | **Познавательные:** Научатся простейшим способам контроля  за физической нагрузкой.  **Регулятивные:**Вносить изменения в способ действия.  **Личностные:**Отработка навыков самостоятельной работы. | ОРУ № 19. Челночный бег | 9.04 |  |
| 83 | Эстафеты с баскет-  больными  мячами. Игры. | 1 | Совершенств. | **Осваивать**умение  передвигаться в стойке б/б и умения владения мячом в подвижных играх, эстафетах. | Текущий | **Познавательные:** Анализировать, сравнивать упражнения.  **Предметные:** Формирование навыка систематического.  **Личностные:** Отработка навыков групповой работы. | ОРУ № 8 | 10.04 |  |
| 84 | Ведение мяча. Бросок в кольцо. | 1 | Комплексный | **Осваивать**умение чередовать передвижения в стойке б/б с остановками.  **Осваивать**технику выполнения упражнений групповым методом иигру в мини баскетбол. | Текущий | **Коммуникативные:** Формировать собственное мнение и позицию. **Предметные:**Развитие физических качеств и физических способностей. **Метапредметные:**Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. | ОРУ № 8 | 13.04 |  |
| 85 | **Подвижные игры.**  Прыжок в высоту с разбега.  Плавание. | 1 | Обучение | **Осваивать**технику выполнения прыжка в высоту с разбега.**Проявлять**находчивость в решении игровых задач. | Текущий | **Регулятивные:** Устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.  **Рефлексивные:** Овладевают навыками организации и участия в коллективной деятельности.  **Познавательные:** Научатся простейшим способам контроля. | ОРУ № 17 | 16.04 |  |
| 86 | Подвижные игры.  Прыжок в высоту с разбега.  Плавание. | 1 | Обучение | **Уметь** менять направление во время бега**.**  **Освоить**  приземление в прыжках высоту.**Выполнять**игровые действия в условиях игры. | Текущий | **Коммуникативные:** Оказывать в сотрудничестве взаимопомощь в игре. **Предметные:** Развитие физических способностей.  **Личностные:** Управление своими эмоциями в различных условиях. | ОРУ № 4 | 17.04 |  |
| 87 | Строевые упражнения. Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега. | 1 | Комплексный | **Демонстрировать**перестроения. **Осваивать**  ходьбу с изменением направления. **Осваивать**технику выполнения прыжка через скакалку.  **Моделировать**игровые ситуации. | Текущий | **Регулятивные:** Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. **Метапредметные:**Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. **Предметные:** Развитие физических качеств. | ОРУ № 5 | 20.04 |  |
| 88 | Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега.  Плавание. | 1 | Совершенств. | **Определять** общие признаки и различия в технике выполнения ходьбы и бега.  **Освоить**умение преодоления планки. | Текущий | **Предметные**: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием. **Личностные:**Активное включение во взаимодействие со сверстниками. **Познавательные:** Развитие интереса к самостоятельным занятиям подвижными играми. | ОРУ № 10 | 23.04 |  |
| 89 | Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега.  Плавание. | 1 | Учетный | **Продемонстрировать**умение  прыгать в высоту с разбега.**Осваивать**умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы. | Текущий | **Рефлексивные:**Научаться владеть навыками контроля своей деятельности. **Метапредметные:** Определять наиболее эффективные способы достижения результата. **Личностные:**Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели. | ОРУ № 1 | 24.04 |  |
| 90 | Разновидности ходьбы. Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега. | 1 | Комплексный | **Осваивать**умение изменять темп при беге.  **Осваивать**технику выполнения прыжка в высоту. **Проявлять** быстроту и ловкость во время подвижных игр.  **Общаться и взаимодействовать**в игровой деятельности | Текущий | **Метапредметные:**Определять наиболее эффективные способы достижения результата.  **Личностные:**Научаться оценивать усваиваемое содержание двигательных качеств.  **Коммуникативные:**Уметь донести свою позицию до собеседника. | ОРУ № 1 | 27.04 |  |
| 91 | Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега. | 1 | Совершенств. | **Осваивать**технику выполнения прыжка в высоту с разбега.**Проявлять**находчивость в решении игровых задач. | Текущий | **Личностные:**Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач.  **Познавательные:**Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения.  **Коммуникативные:**Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, активно включаться во  взаимодействие со сверстниками. | ОРУ № 17 | 30.04 |  |
| 92 | Подвижные игры. Прыжок в высоту. Челночный бег. | 1 | Учетный | **Продемонстрировать**умение  прыгать в высоту с разбега.  **Осваивать**умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы. **Освоить**броски и ловли мячей в подвижных играх. | Текущий | **Регулятивные:**Учащиеся научатся: выделять и осознавать, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознать качества и уровни усвоения. **Личностные**: Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач.  **Коммуникативные:**Учащиеся научатся: проявлять творческий подход и искать нестандартные способы решения задания, данного учителем*.* | ОРУ № 1 | 1.05 |  |
| 93 | Подвижные игры. Прыжок в высоту. | 1 | Комплексный | **Осваивать**умение чередовать бег с остановками и поворотами. **Осваивать**технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание». | Текущий | **Познавательные:** Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми.**Личностные**: Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач.  **Коммуникативные:**Отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета. | Бег: обычный, приставными шагами с остановками и поворотами на месте. | 4.05 |  |
| 94 | **Легкая атлетика**  Прыжок в длину с разбега.  Бег 30 м. | 1 | Обучение | **Различать** разные виды ходьбы.**Осваивать**высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя и умения  правильно выполнять движения в прыжках. | Текущий | **Регулятивные:**Принятие учебной задачи, работа по плану, оценка своей работы по заданным критериям. **Личностные:**Научаться оценивать усваиваемое содержание, обеспечивающее личностный моральный выбор.  **Предметные**: Формирование навыка систематического наблюдения за показателями выносливости. | ОРУ № 19. Специальные беговые упражнения. | 7.05 |  |
| 95 | Прыжок в длину с разбега. Метание мяча.  Бег 300 м. | 1 | Учетный | **Продемонстрировать**умение пробегать 30м максимальной скоростью с высокого старта. **Осваивать** приземления на обе ноги в прыжках длину. | Текущий | **Познавательные:** Действие по готовому алгоритму, принятие и удерживание готовой учебной задачи. **Предметные**: Формирование навыка систематического наблюдения за показателями быстроты. | ОРУ № 11 | 8.05 |  |
| 96 | Высокий старт.  Прыжок в длину с разбега.  Бег 60 м. | 1 | Учетный | **Продумывать**технику беговых упражнений.  **Продемонстрировать**умение прыгать в длину с разбега.  **Излагать** правила и условия проведения подвижной игры «Перестрелка». | Текущий | **Личностные:**Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели.  **Предметные:**Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками. **Метапредметные:**Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. | ОРУ № 13 | 11.05 |  |
| 97 | Бег 30, 60 м.  Метание мяча в цель. Промежуточная аттестация. | 1 | Учетный | **Продемонстрировать**умение пробегать 30 и 60 м максимальной скоростью с высокого старта.  **Осваивать**технику выполнения метания мяча в цель. **Развивать**физические качества. | Итоговый | **Предметные**: Формирование навыка систематического наблюдения за показателями физических качеств.  **Личностные:** Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных)  ситуациях и условиях. | Специальные беговые упражнения. | 14.05 |  |
| 98 | Промежуточная аттестация.  Прыжок в длину с разбега.  Бег 400 м. | 1 | Учетный | **Выявлять**характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. **Уметь**метать мяч и прыгать в длину с разбега. | Итоговый | **Коммуникативные:**Понимание принятие различных позиций и точки зрения на предмет.  **Метапредметные:**Определять наиболее эффективные способы достижения результата.  **Предметные**: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием. | ОРУ № 8. Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с разбега. | 15.05 |  |
| 99 | Промежуточная аттестация.  Кросс 500 м. | 1 | Учетный | **Осваивать**технику выполнения бегового шага.  **Проявлять** качества силы, быстроты и координации в игре.  **Продемонстрировать**умение бегать 500 м. | Итоговый | **Регулятивные:**Удержание цели урока, определять границы умения и неумения, работа по плану.  **Предметные**: Формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств.  **Коммуникативные:**Потребность в общение с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. | ОРУ № 4 | 18.05 |  |
| 100 | Бег 30м.  Кросс 300м.  Метание мяча на дальность. | 1 | Учетный | **Осваивать** бег по пресеченной местности.  **Осваивать**технику выполнения метания мяча на дальность. | Текущий | **Регулятивные:**Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке. **Личностные:** Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями. | ОРУ № 1. Бег 30м.  Метание | 21.05 |  |
| 101 | Метание мяча.  Бег на выносливость. Определение ЧСС. | 1 | Учетный | **Продемонстрировать**умение метать мяч на дальность.**Взаимодействовать**в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. | Текущий | **Регулятивные:**Определять цель выполнения заданий на уроке.  **Коммуникативные:** Учащиеся научатся: сравнивать полученные результаты. **Предметные:**Овладение прикладно – ориенти -рованными двигательными умениями и навыками. | ОРУ № 4.  Бег 30м.  Метание | 22.05 |  |
| 102 | Развивать выносливость  Метание мяча на дальность. | 1 | Комплексный | **Проявлять**внимание при беге.  **Осваивать**технику выполнения метания мяча на дальность.  **Проявлять** положительные качества личности в процессе игровой деятельности. | Текущий | **Личностные:**Формирование у ребенка ценностных ориентиров в области физической культуры.  **Предметные:**Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками. **Рефлексивные:**Овладеют навыками организации и участия в коллективной деятельности. | ОРУ № 1. Бег 30м.  Метание | 25.05 |  |
| 103 | Бег 1000м.  Метание мяча на дальность. | 1 | Учетный | **Осваивать**технику метания мяча на дальность.  **Продемонстрировать**бег на выносливость. **Проявлять** качества силы, быстроты и координации в играх. | Текущий | **Личностные:**Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения.  **Метапредметные:**Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности. **Рефлексивные:**Овладеют навыками организации и участия в коллективной деятельности. | ОРУ № 10. Бег 30м.  Метание | 28.05 |  |
| 104 | Игры и развлечения в летнее время года.  Подвижные игры.  Определение ЧСС. | 1 | Комплексный | **Осваивать**умение пробегать в равномерном темпе по дистанции.**Взаимодействовать**при выполнении технических действий в подвижных играх. | Текущий | **Предметные:**Формирование навыка систематического наблюдения за величиной физических нагрузок. **Рефлексивные:**Научаться объективно оценивать свои учебные достижения. **Личностные:**Активное включение в общение со сверстниками | Спортивные игры | 29.05 |  |
| 105 | Подвижные игры.  Итоги учебного года. | 1 | Комплексный | **Осваивать**задания учителя в подвижных играх.  **Регулировать**и **управлять**эмоциями. | Текущий | **Рефлексивные:**Научаться объективно оценивать свои учебные достижения.**Познавательные:**Обучение работе с разными видами информации, умение читать дидактические иллюстрации. | Спортивные игры |  |  |