|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Урока** | **Тема урока** | **Тип урока**  | **Планируемые результаты** | **Формы организации учебно-познавательной деятельности** | **Кол-во часов** | **Дата проведе****ния** |
| **Личностные**  | **Метапредметные** | **Предметные**  | **план** | **факт**  |
| 1 | **Легкая атлетика 15ч.**Инструктаж по ТБ. Обучение ходьбе и бегу. Игра «Два мороза».История возникновения ГТО. | Вводный.  | Формирование стартовой мотивации к изучению нового материала; развитие добро­желательности и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости | Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавли­вать рабочие отношения. Регулятивные:уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необхо­димой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходи­мо для успешного проведения заня­тий по физкультуре | ***Научится***Соблюдать правила техники безопасности***Определять***ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма***Ре­гулировать*** физическую нагрузку и определять степень утомления по внешним признакам | Инструктаж по ТБ (легкая атлетика). Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег.ОРУ. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два Мороза». Развитие скоростных качеств. | 1 | 1нед |  |
| 2 | Совершенствование навыка ходьбы и бега. Игра «Вызов номеров». | Комбинированный | **Формирование** навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.**Развитие** самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.***Развитие***этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.***Формирование***и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.  | Коммуникативные:сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные:формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников. Познавательные:уметь рассказать правила проведения подвижной. | ***Осваивать***технику бега различными способами.***Осваивать*** технику метания малого мяча.***Проявлять***качества силы,быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.***Проявлять*** качества силы,быстроты, выносливости и | Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег.ОРУ Бег с ускорением. Бег 30м. Подвижная игра «Вызов номеров». Понятие «короткая дистанция». Развитие скоростных качеств. | 1 | 1нед |  |
| 34 | Бег 30 м с высокого старта | Комбинированный | Коммуникативные:сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников. Познавательные:уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры  | ***Уметь*** контролировать дыхание во время бега и выполнения физических упражнений ***Осваивать***что такое дистанция;  | Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег.ОРУ.СБУ. Бег с ускорением. Бег 30м. Подвижная игра «Вызов номеров». Понятие «короткая дистанция». Развитие скоростных качеств. | 11 | 1нед2нед |  |
| 5 | Бег 30 м с высокого старта | Контрольный  | **Формирование** навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.**Развитие** самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.-**Формирование и** проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.  | Коммуникативные:сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные:формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников. Познавательные:уметь рассказать правила проведения подвижной игры . | ***Осваивать***что такое дистанция; *уметь* выполнять раз­минку на месте.*Научится*Правильно пробегать с максимальной скорость 30м с высокого старта. Выполнить тест ГТО (Бег 30 м) | Разновидности ходьбы. ОРУ.СБУ. Бег с ускорением. Бег 30м.(**выполнение норм ГТО)** Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номеров». | 1 | 2нед |  |
| 6 | Обучение прыжкам. Игра «Зайцы в огороде». | Изучение нового материала. | *Развитие* мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности нравственной отзывчивости, сопере­живания чувствам других | Коммуникативные:представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные:самостоятельно выделять цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные:уметь рассказать о темпе и ритме. | ***Уметь*** демонстрировать технику прыжка в длину с места.***Описывать*** технику прыжковых упражнений.***Осваивать*** технику прыжковых упражнений.***Осваивать*** универсальныеумения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.***Осваивать*** | Медленный бег. ОРУ.СБУ.Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Зайцы в огороде». | 1 | 2нед |  |
| 78 | Совершенствование движений в прыжке. Прыжок в длину с места  | Контрольный | ***Формирование*** навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.-***Развитие*** самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.-***Формирование*** эстетических потребностей, ценностей и чувств. | Коммуникативные:представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные:самостоятельно выделять и формулировать позна­вательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижной игры. |  | Медленный бег. ОРУ.СБУ.Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. **(Выполнение норм ГТО)** Подвижная игра «Зайцы в огороде». | 1 | 3нед3нед |  |
| 9 | Обучение метанию мяча по направлению метания, игра. | Изучение нового материала. | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; *развитие* этических чувств, отзывчивости, сопереживаниячувствам других людей. | *Коммуникативные:* доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.*Регулятивные:*формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников. *Познавательные:*уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча на точность и о пра­вилах проведения подвижной игры. | ***Уметь*** демонстрировать отведение руки для замаха***Описывать*** технику метания малого мяча.***Осваивать*** технику метания малого мяча.***Соблюдать*** правила техники безопасности при метании малого мяча.***Проявлять*** качества силы,быстроты и координации при метании малого мяча | Медленный бег. ОРУ.СБУ.Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра«К своим флажкам».Медленный бег. ОРУ.СБУ. Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Игра «Попади в цель» | 1 | 4нед |  |
| 10 | Совершенствование метания малого мяча из положения стоя по направлению метания. Игра «Попади вцель» | Комбинированный | 1 | 4нед |  |
|  |
| 11 | Совершенствованиеметание малого мяча на результат. Игра «Попади в цель». | Комбинированный | *Развитие* этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.Умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций. | *Коммуникативные:*сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу.*Познавательные*: уметь рассказать о проведении тестирования Метания малого мяча в цель.***Регулятивные:******Умение*** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.  | ***Уметь*** демонстрировать отведение руки для замаха***Описывать*** технику метания малого мяча.***Осваивать*** технику метания малого мяча.***Соблюдать*** правила техники безопасности при метании малого мяча.***Проявлять*** качества силы,быстроты и координации при метании малого мяча***Уметь*** демонстрировать технику в целом. | Медленный бег. ОРУ.СБУ. Развитие скоростно-силовых способностей.етание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания в цель. Подвижная игра «Попади в цель».  | 1 | 4нед |  |
| 12 | Обучение равномерному бегу. Игра «Пятнашки». | Комбинированный | *Развитие* этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях, *умение* не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций; развитие само­стоятельности и личной-***Формирование и*** проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.  | *Коммуникативные:*сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников. *Познавательные:*уметь рассказать о проведении тестирования равномерного бега 3 мин.*Познавательные:*уметь рассказать о проведении тестирования смешанного бега . | ***Уметь*** демонстрировать финальные усилия в беге.***Описывать*** технику беговых упражнений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.***Осваивать*** технику бега различными способами.***Осваивать*** универсальныеумения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных | Медленный бег. ОРУ.СБУРавномерный бег Змин. Чередование ходьбы и бега (бег - 50м, ходьба -100м). Развитие выносливости. Понятие скорость бега.Подвижная игра «Пятнашки».  | 1 | 5нед |  |
| 13 | Совершенствование равномерного бега. Игра«Пятнашки». | Комбинированный | 1 | 5нед |  |
| 1415 | Совершенствование равномерного бега. Игра « Горелки»Смешанный бег 1 км | Комбинированный | Медленный бег. ОРУ.СБУРавномерный бег 4мин. Чередование ходьбы и бега (бег - 50м, ходьба -100м). Подвижная игра «Горелки». Развитие выносливости. Смешанный бег 1 км**(Выполнение норм ГТО)** | 11 | 5нед |  |
| 16 | **Подвижные игры 12ч.**Инструктаж по ТБ. Обучение подвижным играм. Игры «Два мороза». «К своим флажкам». | Изучение нового материала.  | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и *фор­мирование* личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей. | *Коммуникативные:*формировать навык речевых действий: использо­вания адекватных языковых средств для отображения в речевых выска­зываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. *Регулятивные:*самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату.*Познавательные:*уметь играть в подвижную игру  | **Осваивать** техническиедействия из подвижных игр.**Моделировать** техническиедействия в игровой деятельности.**Взаимодействовать** в парах и группах во время игры..**Осваивать** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять*** ошибки при во время игры. | Инструктаж по ТБ (подвижные игры). ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза».  | 1 | 6нед |  |
| 17 | Совершенствование подвижных игр. Игра «Два мороза»«Класс смирно» | Комбинированный | Медленный бегОРУ.СБУ.Совершенствование подвижных игр. Игра «Два мороза» «Класс смирно» | 1 | 6нед |  |
| 1819 | Совершенствование подвижных игр. Игра ««Класс смирно». | Комбинированный | *Развитие* мотивов учебной деятельности и *формиро­вание* личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчи­вости; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях. | *Коммуникативные:*формировать на­вык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь со­хранять доброжелательное отноше­ние друг к другу.*Регулятивные:*формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.*Познавательные:*уметь рассказать правила проведения подвижной игры. | ***Соблюдать*** дисциплину иправила техники безопасности в условиях учебной и игровойдеятельности.***Осваивать*** умения выполнять универсальные физические упражнения.***Развивать*** физические качества | Медленный бегОРУ.СБУ.Совершенствование подвижных игр. Игра ««Класс смирно».Медленный бегОРУ.СБУ. Совершенствование подвижных игр. Игра «К своимфлажкам». | 1 | 6нед7нед |  |
| 2021 | Совершенствование подвижных игр. Игра «К своимфлажкам». | Комбинированный | 2 | 7нед7нед |  |
| 2223 | Совершенствование подвижных игр. Игра «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». | Комбинированный | Развитие мотивов учебной деятельности и *формиро­вание* личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчи­вости; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты . | *Коммуникативные:*формировать на­вык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь со­хранять доброжелательное отноше­ние друг к другу.*Регулятивные:*формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.*Познавательные*: уметь рассказать правила проведения подвижной игры. | **Осваивать** техническиедействия из подвижных игр.**Моделировать** техническиедействия в игровой деятельности.**Взаимодействовать** в парах и группах во время игры..**Осваивать** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять*** ошибки при во время игры | Медленный бег ОРУ.СБУ. Совершенствование подвижных игр. Игра «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».  | 11 | 8нед8нед |  |
| 2425 | Совершенствование подвижных игр. Игра «Волк во рву», «Посадка картофеля». | КомбинированныйКомбинированный | Медленный бег ОРУ.СБУ. Совершенствование подвижных игр. Игры «Волк во рву», «Посадка картофеля».  | 11 | 8нед9нед |  |
| 2627 | Совершенствование подвижных игр. Игра «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». | КомбинированныйКомбинированный | *Развитие* мотивов учебной деятельности и *формиро­вание* личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчи­вости | Коммуникативные:формировать на­вык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работыРегулятивные:формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность Познавательные:уметь рассказать правила проведения подвижной игры. | ***Соблюдать*** дисциплину иправила техники безопасности в условиях учебной и игровойдеятельности.***Осваивать*** умения выполнять универсальные физические упражнения.***Развивать*** физические качества |  Медленный бег ОРУ.СБУ.Совершенствование подвижных игр Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки».  | 11 | 9нед9нед |  |
| 28 | **Гимнастика 21ч.**Обучениеосновнымстойкам. Игра«Пройтибесшумно».Инструктаж по ТБ. | Комбинированный | *Развитие* мотивов учебной деятельности и *формиро­вание* личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности | Коммуникативные:формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в дости­жении цели со сверстниками. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные:уметь выполнять разминку на матах, перекаты, играть в подвижную игру | ***Осваивать*** универсальныеумения, связанные с выполнением организующих упражнений. | Основная стойкаПостроение в колонну по одному Медленный бегОРУ. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Инструктаж по ТБ. | 1 | 10нед |  |
| 2930 | Совершенствование основных стоек. Игра «Пройти бесшумно». | Комбинированный | *Развитие* мотивов учебной деятельности и *формиро­вание* личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости | *Коммуникативные:*слушать и слы­шать друг друга и учителя; представ­лять конкретное содержание и изла­гать его в устной форме.*Регулятивные:*формировать умение сохранять заданную цель; контро­лировать свою деятельность по ре­зультату.*Познавательные:*уметь выполнять разминку, направленную на сохра­нение правильной осанки и играть в подвижную игру | ***Различать*** *и* ***выполнять*** строевые упражнения ; как проводится разминка, на­правленная на сохранение правильной осанки. **Осваивать** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной деятельности. | Основная стойка. Построение в колонну по одному. ОРУ. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. | 11 | 10нед10нед |  |
| 31 | Обучениеперекатам вгруппировке.Игра «Космонавты». | Комбинированный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и *фор­мирование* личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости; развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки. | *Коммуникативные:*представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. *Регулятивные:*осознавать самого себя как движущую силу своего на­учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции.*Познавательные:*уметь выполнять разминку, направленную на сохра­нение правильной осанки и играть в подвижную игру | *Уметь* выполнять строевые упражнения ; как проводится разминка, на­правленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения перекатов , правила подвиж­ной игры. | Основная стойка. Построение в круг. ОРУ. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей. | 1 | 11нед |  |
| 32 | Совершенствование перекатов в группировке. Игра«Космонавты». | Комбинированный | 1 | 11нед |  |
| 3334 | Обучение перестроению по звеньям. Подвижнаяигра.Совершенствование перестроения по звеньям.Игра. | КомбинированныйКомбинированный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и *фор­мирование* личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости развитие самостоятельно­сти . | *Коммуникативные*: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. *Регулятивные:*осознавать самого себя как движущую силу своего на­учения, формировать способность к преодолению препятствий и само коррекции.*Познавательные:*уметь перестраиваться по звеньям, размыкаться и правила игры. | **Осваивать** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной деятельности.***Различать*** *и* ***выполнять*** строевые упражнения ; как проводится разминка, на­правленная на сохранение правильной осанки. | Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Подвижнаяигра «День и ночь»Ходьба Перестроение по звеньям. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Игра «День и ночь» | 11 | 11нед12нед |  |
| 3536 | Обучение размыканию на вытянутые в стороны руки. Игра «Не ошибись!» | Комбинированный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и *фор­мирование* личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; *формиро­вание* установки на без­опасный и здоровый образ жизни | Коммуникативные:формировать на­выки речевого отображения (описа­ния, объяснения) содержания совер­шаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные:формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные:уметь размыкаться, осуществлять повороты направо, налево. | **Выявлять** ошибки при выполнении упражнений.**Соблюдать** дисциплину иправила техники безопасности в условиях учебной деятельности.**Осваивать** умения выполнять универсальные физические упражнения. | Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. ОРУ с обручами. Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Игра «Не ошибись!». | 11 | 12нед |  |
| 3738 | Обучение.поворотам направо, налево. Игра «Не ошибись!».Закреплениеповоротов направо, налево. Игра « Не ошибись!» | КомбинированныйКомбинированный | Медленный бег. ОРУ с обручами Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Не ошибись!» Развитие координационных способностей | 11 | 13нед13нед |  |
| 39 | Обучение лазанию по гимнастической скамейке. Игра «Ниточка и иголочка» | Комбинированный | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; формиро­вать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориенти­ровки.Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь лазить по гимнастической скамейке. | *Уметь* упражнения в движении, лазать по гимнастической скамейке***Выявлять***ошибки при выполнении упражнений.***Соблюдать*** дисциплину иправила техники безопасности в условиях учебной деятельности.***Осваивать***умения выполнять универсальные физические упражнения. ***Проявлять*** качества силы, координации и выносливости при выполнении упражнения в висе и упорах... | ОРУ в движении. Лазание по гимнастической скамейке. Игра «Ниточка и иголочка».  ОРУ в движенииРазвитие силовых способностей.Лазание по гимнастической скамейке. ОРУ в движении. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие | 1 | 13нед |  |
| 40 | Совершенствование лазания по гимнастической скамейке. Игра «Ниточка» и иголочка». | Комбинированный | 1 | 14нед |  |
| 4142 | Обучение подтягивание на низкой перекладине из положения лежа.Совершенствование подтягивания на низкой перекладине из положения лежа | КомбинированныйКомбинированный |  ОРУ с мячами. Подтягивание на низкой перекладине. Игра «Фигуры». Развитие силовых способностей | 11 | 14нед14нед |  |
| 43 | Закрепление подтягивания на низкой перекладине из положения лежаИгра «Три движения» | . Комбинированный | формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувствРазвитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости  | Познавательные: уметь подтягиваться на низкой перекладине из положения лежа.Знать как выполнять тест ГТО. | ***Выявлять***ошибки при выполнении упражнений.***Осваивать***умения выполнять универсальные физические упражнения. ***Проявлять*** качества силы, координации и выносливости при выполнении упражнения в висе и упорах.. | ОРУ с мячами. Подтягивание на низкой перекладине из положения лёжа. Развитие силовых способностей Игра «Три движения» | 1 | 15нед |  |
| 44 | Обучениесгибанию и разгибанию рук в упоре лежа на полу. | Комбинированный | формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувствРазвитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости | Познавательные: уметь сгибать и разгибать руки в упоре лежа на полу. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. | **Осваивать** умения выполнять универсальные физические упражнения.**Развивать** физические качества.. | ОРУ с мячами Развитие силовых способностей..Игра «Фигуры». | 1 | 15нед |  |
| 45 | Совершенствование сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу. | Комбинированный | *формирование* эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств. *Развитие* этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости | Познавательные: уметь сгибать и разгибать руки в упоре лежа на полу. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. | ***Осваивать*** универсальныеумения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитиефизических качеств.***Осваивать***умения выполнять универсальные физические упражнения. | ОРУ с мячами. Развитие силовых способностей. Игра «Фигуры». | 1 | 15нед |  |
| 46 | Закрепление сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу. | Комбинированный | *Развитие* этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости развитие самостоятельно­сти | ***Познавательные:***уметь сгибать и разгибать руки в упоре лежа на полу.  | ***Осваивать*** универсальныеумения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитиефизических качеств.***Осваивать***умения выполнять универсальные физические упражнения. | ОРУ с мячами.Развитие силовых способностей и качеств. Игра «Фигуры». | 1 | 16нед |  |
| 4748 | Обучение наклону вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.Совершенствование наклона вперед из положения стоя на полу с прямыми ногами на полу. | КомбинированныйКонтрольный | *Развитие* эстетическихчувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; формиро­вание установки на без­опасный и здоровый образ жизни | *Коммуникативные:*формировать на­вык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы. *Познавательные:* уметь выполнять наклон с прямыми ногами. Регулятивные:определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. | ***Выявлять***ошибки при выполнении упражнений.***Осваивать***умения выполнять универсальные физические упражнения. ***Проявлять*** качества силы, координации и выносливости при выполнении упражнения в висе и упорах.. | ОРУ с гимнастическими палкамиРазвитие гибкости. Игра «космонавты»ОРУ с гимнастическими палками. Наклона вперед из положения, стоя на полу с прямыми ногами на полу.**(Выполнение норм ГТО)** | 11 | 16нед16нед |  |
| 49 | **Лыжная подготовка 21ч.**Инструктаж по ТБ лыжной подготовке. Подвижные игры. | Изучение нового материала  | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Коммуникативные:добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.Регулятивные:проектировать тра­ектории развития через включение в новые виды деятельности и фор­мы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные:уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах скользящим шагом. | **Применять** правила подбора одежды для занятий лыжнойподготовкой.технику | ТБ на уроках лыжной подготовке. Подвижные игры. | 1 | 17нед |  |
| 50 | Обучение скользящему шагу. Передвижение на лыжах до 1 км. | Комбинированный | Обучение скользящему шагу. Передвижение на лыжах до 1 км. | 1 | 17нед |  |
| 515253 | Совершенствование скользящего шага без палок. Ходьба на лыжах до 1 км. | Комбинированный | *Развитие* мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; *формирование* установки на безопасный и здоровый образ жизни | Коммуникативные:слушать и слы­шать друг друга и учителя; с доста­точной полнотой и точностью вы­ражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуни­кации.Регулятивные:формировать умение сохранять заданную цель; контро­лировать свою деятельность по ре­зультату.Познавательные:уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах скользящим шагом. | ***Моделировать*** технику базовых способов передвижения на лыжах.***Осваивать*** универсальныеумения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.***Выявлять***характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. | Одноопорное скольжение в скользящем шаге.Перенос массы тела в повороте скользящим шагом. Ходьба на лыжах до 1 км | 3 | 17нед18нед18нед |  |
| 54 | Учёт- скользящий шаг. Передвижение на лыжах 1 км. | Контрольный | *Развитие* мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; *формирование* установки на безопасный и здоровый образ жизни | Коммуникативные:слушать и слы­шать друг друга и учителя; с доста­точной полнотой и точностью вы­ражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуни­кации.Регулятивные:формировать умение сохранять заданную цель; контро­лировать свою деятельность по ре­зультату.Познавательные:уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах скользящим шагом. | ***Моделировать***технику базовых способов передвижения на лыжах.***Осваивать*** универсальныеумения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. | Учёт- скользящий шаг. Передвижение на лыжах 1 км. | 1 | 18нед |  |
| 55 | Обучение повороты переступанием. Передвижения на лыжах до 1 км. | Комбинированный | Обучение повороты переступанием. Передвижения на лыжах до 1 км. | 1 | 19нед |  |
| 56 | Закрепление повороты переступанием. Передвижение на лыжах на лыжах до 1,5 км. | Комбинированный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и *фор­мирование* личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях. | Коммуникативные:слушать и слы­шать друг друга и учителя; формиро­вать уважение к иной точке зрения; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохра­нятьзаданную цель. Познавательные:уметь передвигать­ся на лыжах попеременно двухшажным ходом выполнять подъем  | ***Моделировать***технику базовых способов передвижения на лыжах.***Осваивать*** универсальныеумения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения. | Закрепление повороты переступанием. Передвижение на лыжах на лыжах до 1,5 км. | 1 | 19нед |  |
| 57 | Совершенствование повороты переступанием. Передвижение на лыжах до 1 км. | Комбинированный | Совершенствование повороты переступанием. Передвижение на лыжах до 1 км. | 1 | 19нед |  |
| 58 | Совершенствование повороты переступанием. Передвижение на лыжах до 1 км. | Комбинированный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и *фор­мирование* личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях. | Коммуникативные:слушать и слы­шать друг друга и учителя; формиро­вать уважение к иной точке зрения; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные:формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохра­нятьзаданную цель. Познавательные:уметь передвигать­ся на лыжах попеременно двухшажным ходом выполнять подъем  | ***Моделировать***технику базовых способов передвижения на лыжах.***Осваивать*** универсальныеумения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.***Выявлять*** характерные ошибки при выполнения поворотов переступанием. | Совершенствование повороты переступанием. Передвижение на лыжах до 1 км. | 1 | 20нед |  |
| 59 | Учёт- повороты переступанием. Передвижение на лыжах до 1.5 км. | Комбинированный | **Формирование** навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.**Развитие** самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.**Формирование** и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.  | Коммуникативные: с достаточной полнотойиточностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь передвигать­ся на лыжах попеременно двухшажным ходом выполнять подъем «лесенка» | **Осваивать** технику поворотов, спусков и подъемов.**Проявлять** координацию при выполнении поворотов, с **Осваивать** технику поворотов переступанием.**Проявлять** координацию при выполнении поворотов, пусков и подъемов | Учёт- повороты переступанием. Передвижение на лыжах до 1.5 км. | 1 | 20нед |  |
| 60 | Обучение подъёмы и спуски с небольших склонов. Передвижение на лыжах до 1,5 км. | Комбинированный | Обучение подъёмы и спуски с небольших склонов,устойчивости во время спуска. Передвижение на лыжах до 1,5 км | 1 | 20нед |  |
| 61 | Закрепление подъёмы и спуски с небольших склонов. Игра "Удержи равновесие" | Комбинированный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; формиро­вать навыки работы в группе и ува­жение к другой точке зрения. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по об­разцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять скользящий шаг и попеременно двухшажный ход, поворот переступанием в движении. | **Выявлять** характерные ошибки в технике выполнения спусков и подъёмов..**Проявлять** выносливость при прохождении тренировочныхдистанций разученными способами передвижения.**Проявлять** координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов | Закрепление подъёмы и спуски с небольших склонов. Игра "Удержи равновесие" | 1 | 21нед |  |
| 626364 | Совершенствование подъёмов и спусков с небольших склонов.Игра "Удержи равновесие" | Комбинированный | Совершенствование подъёмов и спусков с небольших склонов. Техника выполнения спуска. Игра "Удержи равновесие" | 111 | 21нед21нед22нед |  |
| 6566 | Передвижение на лыжах до 1,5 км. Игра "Меткий снайпер". | Комбинированный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и *фор­мирование* личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуаци­ях. | Коммуникативные:с достаточной полнотойиточностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь передвигать­ся на лыжах скользящим шагом. | ***Моделировать*** технику базовых способов передвижения на лыжах.***Осваивать***универсальныеумения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.***Проявлять*** выносливость при прохождении тренировочныхдистанций разученными способами передвижения. | Передвижение на лыжах до 1,5 км. Игра "Меткий снайпер. Передвижение на лыжах до 1,5 км. Игра "Меткий снайпер". | 11 | 22нед22нед |  |
| 6768 | Передвижение на лыжах 1,5 км. Игра "Кто быстрей" | Комбинированный | Передвижение на лыжах 1,5 км. Игра "Кто быстрей" | 11 | 23нед23нед |  |
| 69 | **Учёт-** прохождение дистанции 1,5 км без учёта времени. | Контрольный. | ***Формирование***навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.***Развитие*** самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.***Формирование*** *и* проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.  | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; формиро­вать уважение к иной точке зрения; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные:формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохра­нятьзаданную цель. Познавательные:уметь передвигать­ся на лыжах. | ***Моделировать*** технику базовых способов передвижения на лыжах.***Осваивать***универсальныеумения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.***Проявлять*** выносливость при прохождении тренировочныхдистанций разученными способами передвижения. | Контрольные норматив на дистанции 1,5 км. Без учёта времени. **(Выполнение норм ГТО)** | 1 | 23нед |  |
| 70 | **Подвижные игры 20 ч.**Инструктаж по ТБ по подвижным играм. Игра « К своим флажкам». | Комбинированный | *Развитие* эстетическихчувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Коммуникативные:строить продуктивное взаимодействие со сверст­никами и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Регулятивные:определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.Познавательные:уметь выполнять разминку с мячом, выбирать по­движные игры и участвовать в них | ***Соблюдать*** дисциплину иправила техники безопасности в условиях учебной и игровойдеятельности.***Осваивать*** умения выполнять универсальные физические упражнения.***Развивать*** физические качества | Инструктаж по ТБОРУ.СБУ Игры: «К своим флажкам», Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ Обучение ловли и передачи мяча в парах.Игра "Пятнашки" | 1 | 24нед |  |
| 71 | Обучение ловли и передачи мяча в парах.Игра "Пятнашки" | Комбинированный | 1 | 24нед |  |
| 72 | Закрепление ловли и передачи мяча в парах.Игра"Пятнашки" | Комбинированный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и *фор­мирование* личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости | Коммуникативные:строить продуктивное взаимодействие со сверст­никами и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Регулятивные:определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль. | ***Осваивать*** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять***ошибки при выполнении. Ловли и передачи мяча.***Соблюдать***дисциплину иправила техники безопасности в условиях учебной и игровойдеятельности.**Осваивать** умения выполнять универсальные физические упражнения.. | Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ. закрепление ловли и передачи мяча в парах.Игра"Пятнашки" | 1 | 24нед |  |
| 737475 | Совершенствование ловли и передачи мча в парах.Игра "Прыгающие воробушки" | Комбинированный | *Развитие*мотивов учеб­ной деятельности и *фор­мирование* личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости | Коммуникативные: строить продуктивное взаимодействие со сверст­никами и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Регулятивные:определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.Познавательные:уметь выполнять разминку с мячом, выбирать по­движные игры и участвовать в них | ***Осваивать*** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять***ошибки при выполнении. Ловли и передачи мяча.***Соблюдать***дисциплину иправила техники безопасности в условиях учебной и игровойдеятельности.**Осваивать** умения выполнять универсальные физические упражнения. | Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ.Совершенствование ловли и передачи мча в парах.Игра "Прыгающие воробушки" | 1 | 25нед25нед |  |
| 76 | Обучение ведение мяча правой и левой рукой движении по прямой. Игра" Охотники и утки" | Комбинированный | Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ. Обучение ведение мяча правой и левой рукой движении по прямой. Игра" Охотники и утки" | 1 | 26нед |  |
| 77 | Закрепление ведение мяча в движении и по прямой шагом. Игра "Лиса и куры". | Комбинированны | ***Развитие*** самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.***Формирование*** эстетических потребностей, ценностей и чувств.-***Формирование и*** проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.  | Коммуникативные: управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партне­ра, умение убеждать). Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохра­нять заданную цель. Познавательные:уметь выполнять разминку с мячом, бросать мяч в кольцо двумя руками и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Передача мяча в колоннах». | ***Осваивать*** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять***ошибки при выполнении.ведение мяча.***Соблюдать***дисциплину иправила техники безопасности в условиях учебной и игровойдеятельности.**Осваивать** умения выполнять универсальные физические упражнения. | Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ Закрепление ведение мяча в движении и по прямой шагом. Игра "Лиса и куры"..Медленный бег до 2 мин ОРУ Совершенствование ведение мяча в движении и по прямой шагом. Игра "Ловишка с мячом." | 1 | 26нед |  |
| 787980 | Совершенствование ведение мяча в движении и по прямой шагом. Игра "Ловишка с мячом." | Комбинированный | 1 | 26нед27нед27нед |  |
| 81 | Обучение броски мяча в щит. Игра" Лиса и куры." | Комбинированный | *Развитие* мотивов учебной деятельности и *формиро­вание* личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальнойроли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умение не создавать конфлик­ты. | Коммуникативные:слушать и слы­шать друг друга; эффективно со­трудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль,коррекция, оценка действий партне­ра, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные:уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру | ***Осваивать*** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять***ошибки при выполнении бросков мяча.***Соблюдать***дисциплину иправила техники безопасности в условиях учебной и игровойдеятельности.**Осваивать** умения выполнять универсальные физические упражнения. | Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ Обучение броски мяча в цель. Игра" Лиса и куры."Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУЗакрепление броски мяча в щит. Игра" Попади в обруч." | 1 | 27нед |  |
| 82 | Закрепление броски мяча в щит. Игра" Попади в обруч." | Комбинированный | 1 | 28нед |  |
| 838485 | Совершенствование броски мча в щит. Игра «Мяч в корзину»  | Комбинированный | ***Формирование*** и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. | Коммуникативные:строить продуктивное взаимодействие со сверст­никами и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.Познавательные:уметь выполнять разминку с мячом, выбирать по­движные игры и участвовать в них | ***Осваивать*** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять***ошибки при выполнении бросков мяча.***Соблюдать***дисциплину иправила техники безопасности в условиях учебной и игровойдеятельности.**Осваивать** умения выполнять универсальные физические упражнения. | Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ. Совершенствование броски мча в щит. Игра «Мяч в корзину» | 111 | 28нед28нед29нед |  |
| 86 | Обучение подвижной игре. "Мяч водящему" | Комбинированный | *Развитие*эстетическихчувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Коммуникативные:строить продуктивное взаимодействие со сверст­никами и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Регулятивные:определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.Познавательные:уметь выполнять разминку с мячом, выбирать по­движные игры и участвовать в них | **Осваивать** техническиедействия из подвижных игр.**Моделировать** техническиедействия в игровой деятельности.**Взаимодействовать** в парах и группах во время игры..**Осваивать** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять*** ошибки при во время игры. | Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ Обучение подвижной игре. «Мяч водящему». | 1 | 29нед |  |
| 87 | Совершенствование подвижной игры «мяч водящем**у**» | Комбинированный | ***Развитие*** самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.***Формирование*** эстетических потребностей, ценностей и чувств.-***Формирование и*** проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.  | Коммуникативные:строить продуктивное взаимодействие со сверст­никами и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.Познавательные:уметь выполнять разминку с мячом.игру | **Осваивать** техническиедействия из подвижных игр.**Моделировать** техническиедействия в игровой деятельности.**Взаимодействовать** в парах и группах во время игры..**Осваивать** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять*** ошибки при во время игры. | Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ. Совершенствование подвижной игры «мяч водящем**у**» | 1 | 29нед |  |
| 88 | Обучение подвижной игре «Играй, играй, мяч не теряй» | Комбинированный | *Развитие* эстетическихчувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Коммуникативные:строить продуктивное взаимодействие со сверст­никами и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.Познавательные:уметь выполнять разминку с мячом. | **Осваивать** техническиедействия из подвижных игр.**Моделировать** техническиедействия в игровой деятельности.**Взаимодействовать** в парах и группах во время игры..**Осваивать** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять*** ошибки при во время игры. | Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ Обучение подвижной игре «Играй играй, мяч не теряй» | 1 | 30нед |  |
| 89 | Совершенствование подвижной игры "Играй, играй, мяч не теряй." | КомбинированныйКомбинированный | *Развитие*эстетическихчувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Коммуникативные:строить продуктивное взаимодействие со сверст­никами и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Регулятивные:определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.Познавательные:уметь выполнять разминку с мячом. | **Осваивать** техническиедействия из подвижных игр.**Моделировать** техническиедействия в игровой деятельности.**Взаимодействовать** в парах и группах во время игры..**Осваивать** универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.***Выявлять*** ошибки при во время игры. | Медленный бег до 2 мин ОРУ.СБУ Совершенствование подвижной игры "Играй, играй, мяч не теряй."У. | 1 | 30нед |  |
| 90 | **Легкая атлетика 13ч.**Инструктаж по ТБ по лёгкой атлетике Обычный бег с чередованием с ходьбой. Игра "Пятнашки" | Комбинированный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости | Коммуникативные:слушать и слы­шать друг друга и учителя; с достаточ­ной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по об­разцу и заданному примеру. Познавательные:уметь выполнять разминку в движении и беговые уп­ражнения, играть в подвижную игру | ***Научиться:***Выполнять организационные требования на уроках, посвященных Правилам техники безопасности поведения на уроках Ф.К. | Медленный бег до 3 мин ОРУ.СБУ Инструктаж по ТБ по лёгкой атлетике Обычный бег с чередованием с ходьбой. Игра "Пятнашки" | 1 | 30нед |  |
| 91 | Челночный бег 3х10 м. Игра «Пятнашки» | Комбинированный | ***Формирование*** навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.***Развитие*** самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.-***Формирование* и** проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.  | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников. Познавательные:уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры | ***Уметь*** демонстрировать финальные усилия в беге.***Описывать*** технику беговых упражнений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. | Медленный бег до 3 мин ОРУ.СБУЧелночный бег 3х10 м. Игра «Пятнашки» | 1 | 31нед |  |
| 92 | **Тест-** челночный бег3х10м. Игра «К своим флажкам». | Контрольный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости | Коммуникативные:слушать и слы­шать друг друга и учителя; с достаточ­ной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по об­разцу и заданному примеру. Познавательные:уметь выполнять разминку в движении и беговые уп­ражнения, играть в подвижную игру | ***Уметь*** демонстрировать финальные усилия в беге.***Описывать*** технику беговых упражнений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. | Медленный бег до 3 мин ОРУ.СБУ Тест- челночный 3х10м бег **(Выполнение норм ГТО)** Игра «К своим флажкам». | 1 | 31нед |  |
| 93 | Прыжок в длину с места. Игра «К своим флажкам». | Комбинированный | *Развитие* мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников. Познавательные:уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры | ***Уметь*** демонстрировать технику прыжка в длину с места.***Описывать*** технику прыжковых упражнений.***Осваивать*** технику прыжковых упражнений.***Осваивать*** универсальныеумения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.***Осваивать*** универсальныеумения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.***Проявлять*** качества силы,быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений.***Соблюдать*** правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Медленный бег до 3 мин ОРУ.СБУ Прыжок в длину с места. Игра «К своим флажкам». | 1 | 31нед |  |
| 9495 | **Тест**- прыжка в длину с места. Игра «К своим флажкам».Бег с ускорением до 20 м. Игра "Вызов номеров" | КонтрольныйКомбинированный | *Развитие*этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Коммуникативные:сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные:уметь выполнять беговую разминку, прыжков в высоту, играть в по­движную игру «К своим флажкам» | Медленный бег до 3 мин ОРУ.СБУ Тест- прыжка в длину с места. **(Выполнение норм ГТО)**Игра «К своим флажкам».Медленный бег до 3 мин ОРУ.СБУ Бег с ускорением до 20 м. Игра "Вызов номеров | 11 | 32нед |  |
| 96 | **Тест-** бег 30 м. Игра "Ловишка с мячом" | Комбинированный | *Развитие* этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.Регулятивные:формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять беговую разминку, прыжков в высоту, играть в по­движную игру «К своим флажкам» | ***Уметь*** демонстрировать финальные усилия в беге.***Описывать*** технику беговых упражнений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. | Медленный бег до 3 мин ОРУ.СБУТест- бег 30 м. **(Выполнение норм ГТО)** Игра «Ловишка с мячом» | 1 | 32нед |  |
| 97 | Обучение метание малого мяча на дальность. Эстафеты "смена сторон" | Комбинированный | *Развитие*мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости | Коммуникативные:слушать и слы­шать друг друга и учителя; с достаточ­ной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные:формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по об­разцу и заданному примеру. Познавательные:уметь выполнять разминку в движении и беговые уп­ражнения, играть в подвижную игру | ***Уметь*** демонстрировать отведение руки для замаха***Описывать*** технику метания малого мяча.***Осваивать*** технику метания малого мяча.***Соблюдать*** правила техники безопасности при метании малого мяча.***Проявлять*** качества силы,быстроты и координации при метании малого мяча | Медленный бег до 3 мин ОРУ.СБУ Обучение метание малого мяча на дальность. Эстафеты "смена сторон" Медленный бег до 3 мин ОРУ.СБУ Совершенствование метания малого мяча на дальность. Круговая эстафета.Медленный бег. ОРУ.СБУ **Учёт -бег на 1000 м(Выполнение норм ГТО)**Игра "Метко в цель" | 1 | 32нед |  |
| 9899 | Совершенствование метания малого мяча на дальность. Круговая эстафета.**Учёт** -бег на 1000 м. Игра "Метко в цель" | КомбинированныйКонтрольный | 11 | 33нед33нед |  |
| 100 | **Учёт-** метания мяча на дальность.. Игра "Метко в цель" | Контрольный | ***Формирование*** навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.***Развитие*** самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.-***Формирование* и** проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.  | ***Познавательные: Осмысление,*** объяснение своего двигательного опыта.-***Осознание*** важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.-***Осмыслени***е техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.**Комуникативные:*Формировани***е способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений. -***Умение*** объяснять ошибки при выполнении упражнений.***Умени***е с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.***Регулятивные:***-***Умение*** организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.***Умение*** технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. | ***Уметь*** демонстрироватьстартовый разгон в беге на короткие дистанции***Описывать*** технику беговых упражнений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.***Осваивать*** технику бега различными способами.***Проявлять*** качества силы,быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.***Уметь*** демонстрировать отведение руки для замаха. | Медленный бег до 3 мин ОРУ.СБУ **Учёт- метания мяча на дальность. (Выполнение норм ГТО)** . Игра «Третий лишний» | 1 | 33нед |  |
| 101102 | Подвижные игры и эстафеты с элементами л/атлетики. | Комбинированный | *Развитие* этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивостисопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе | Коммуникативные: сохранять добро­желательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать те­стирование, играть в подвижную игру . | ***Уметь*** демонстрироватьстартовый разгон в беге на короткие дистанции***Описывать*** технику беговых упражнений.***Выявлять*** характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.***Осваивать*** технику бега различными способами.***Осваивать*** универсальныеумения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений |  Медленный бег до 4 мин ОРУ.СБУ Подвижные игры и эстафеты с элементами л/атлетики. | 11 | 34нед34нед |  |