

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 1»
Чистопольского муниципального района РТ

Рассмотрено
на заседании ШМО.
Протокол №1
от 24 августа 2020 года
_____/Васенков В.Н./

Согласовано
с зам. директора.
Протокол СЗ №1
от 24 августа 2020 года
_____/Билалова И.С./

Утверждено и введено
в действие.
Приказ №125
от 25 августа 2020 года
_____/Н.Н.Ислямова/

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
по физической культуре для 4А класса
учителя физической культуры
первой квалификационной категории
Васенкова Владимира Николаевича

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от 25 августа 2020 года

2020-2021 учебный год

Календарно-тематическое планирование составлено в соответствии с:

1. Основной образовательной программы НОО МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1», введённой Приказом от 31.08.2015 №190 «О внесении изменений в основную образовательную программу НОО МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1», утверждённую Приказом от 15.06.2011 № 210»;
2. Рабочей программы начального общего образования по физической культуре, утверждённой приказом от 31.08.2015 №190
3. Положением о календарно-тематическом планировании муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №1»
4. УМК: Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / В.И.Лях. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2016.

Легкая атлетика 11 часов

№	Тема урока	Ко л- во час ов	Планируемые результаты освоения материала			Дата проведения	
			Предметные	Метапредметные	Личностные	План	Факт
1	<i>Легкая атлетика. Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей. Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей.</i>	4	Знать и соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию Познавательные: уметь рассказать и показать технику в ходьбе и беге.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	02.09.	
	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности на уроках по л/а. Знания о физической культуре. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: подбор одежды, обуви, инвентаря. Элементарные сведения о правилах соревнований в беге, прыжках и метаниях. Физическое совершенствование. ОРУ (развитие быстроты): обычный бег с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, специальные беговые упражнения. Бег с ускорением(30-40 м). Высокий старт (до 10-15 м). 30 м. прикидка.	1					

2	Физическое совершенствование: ОРУ (развитие <i>быстроты</i>): специальные беговые упражнения приставными шагами правым, левым боком вперёд, с захлёстыванием голени назад. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 15 – 20 с.). <i>Бег - (30 м)- на результат.</i>	1	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умения адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь бегать на короткие дистанции.	Развитие этических чувств и доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей	04.09.	
3	Физическое совершенствование: ОРУ (развитие <i>быстроты</i>): специальные беговые упражнения. Прикидка на 60 м. <i>Игра «Салки с домиками».</i>	1	Выполнять беговую разминку.	Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: рассказывать и показывать основные движения в ходьбе и беге; уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Салки с домиками».	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность	07.09.	
4	Физическое совершенствование: ОРУ (развитие <i>быстроты</i>): <i>бег (60 м) на результат.</i> Медленный бег до 400м. Игра «Флаг на башне».	1	Уметь бегать с максимальной скоростью.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг - друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Флаг на башне».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	09.09.	
	Овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых и координационных способностей. Совершенствование навыков бега и развитие выносливости.		Научиться распределять свои силы во время бега с максимальной	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в		

5	Инструктаж при метаниях. Физическое совершенствование: ОРУ (<i>развитие координации</i>). Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. Равномерный, медленный бег до 500 м. Подвижная игра «Бросай далеко - собирай быстрее».	1	скоростью, навыкам метания.	Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь правильно бегать с максимальной скоростью, рассказать правила проведения подвижной игры «Бросай далеко - собирай быстрее».	разных социальных ситуациях.	11.09.	
6	Физическое совершенствование: (<i>развитие координации</i>). Метание мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность – на результат. Равномерный, медленный бег 800 м. Подвижная игра «Кто дальше бросит».	1	Знать, как метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказать правила проведения подвижной игры «Кто дальше бросит».	Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	14.09.	
7	Физическое совершенствование: ОРУ (<i>развитие координации</i>). Метание теннисного мяча с 4 – 5 метров на точность в цель. Бег (<i>1000 м</i>) без учета времени. Игра «Вышибалы».	1	Уметь правильно выполнять основные движения в метании и длительном беге.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: выполнять основные движения в метании	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	16.09.	
	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей. Совершенствование навыков бега	4	Знать, как правильно выполнять	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации;	Осознание своей этнической и национальной		

8	<i>и развитие выносливости.</i>		основные движения в прыжках; правильно приземляться	организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, сотрудничество в совместном решении задач. Познавательные: правильно приземляться.	принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	18.09.	
	Инструктаж при прыжках. Физическое совершенствование: ОРУ в движении. Повтор прыжков в длину с места. Обучение технике прыжка в длину с разбега. Игра «Вышибалы».	1					
9	Физическое совершенствование: ОРУ (развитие выносливости). Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. <i>Бег (1000 м) на время – на результат.</i>	1	Уметь правильно распределять силы на дистанции.	Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: рассказать и показывать основные движения в прыжках.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	21.09.	
10	Физическое совершенствование: Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега способом «согнув ноги». Спортивные и подвижные игры.	1	Выполнять общеразвивающие упражнения для развития скоростных и координационных способностей.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: правильно выполнять основные движения в прыжках.	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.	23.09.	
11	Знания о физической культуре. Твой организм (основные части тела человека, основные внутренние органы, скелет, мышцы, осанка). Физическое совершенствование: ОРУ. Контрольный урок по разделу «Легкая атлетика».		Выполнять беговую разминку.	Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: рассказывать и	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность	25.09.	

	Спортивные и подвижные игры по выбору.			показывать основные движения в ходьбе и беге.			
--	--	--	--	---	--	--	--

Спортивные и подвижные игры (16 часов).

12	Баскетбол. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.	7	Понимать правила спортивной игры баскетбол.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: рассказать правила спортивной игры баскетбол.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	28.09.	
	ТБ при спорт. играх. Знания о физической культуре. Правила игры в баскетбол. Физическое совершенствование: ОРУ. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Прыжки в длину с места (мальчики) – на результат.	1					
13	Физическое совершенствование: ОРУ. Держание, ведение мяча на месте с изменением высоты отскока. Дриблинг на месте. Прыжки в длину с места (девочки) – на результат. Игра «Охотники и утки».	1	Понимать правила спортивной игры баскетбол, проведения подвижной игры «Вышибалы».	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь правильно бегать с максимальной скоростью, рассказать правила проведения подвижной игры «Охотники и утки».	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.	30.09.	
	Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве.		Выполнять общеразвивающие упражнения для развития скоростно-	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных		

14	Физическое совершенствование: ОРУ. Держание мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в парах. Ознакомление с техникой подтягивания. Игра «Два мороза».	1	силовых способностей.	коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	социальных ситуациях.	02.10.	
15	Физическое совершенствование: ОРУ. Держание мяча, дриблинг на месте, повороты на месте. Передачи в парах. <i>Подтягивания (м) – на результат.</i> Игры «Два мороза», «Пятнашки».	1	Уметь выполнять ведение на месте, силовые упражнения, играть в подвижные игры «Вышибалы».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, сотрудничество в совместном решении задач. Познавательные: рассказать правила проведения подвижной игры «Два мороза», «Пятнашки».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	05.10.	
16	<i>Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.</i>	1	Уметь играть в подвижные игры, выполнять простейшие действия с мячом, выполнять упражнения на растяжку.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять пройденные упражнения с мячом.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	07.10.	
	Физическое совершенствование: ОРУ. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Различные варианты передач в парах. <i>Подтягивания (д) – на результат.</i>						

17	<p>Физическое совершенствование: ОРУ. Ведение мяча на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Различные варианты передач в парах. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Ознакомление с техникой челночного бега 3*10м. Игра в мини-баскетбол.</p>	1	<p>Уметь играть в подвижные игры, выполнять простейшие действия с мячом, выполнять упражнения в беге.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча.</p>	<p>Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	09.10.	
18	<p>Физическое совершенствование: ОРУ. Ведение мяча с изменением направления и скорости, броски мяча двумя руками от груди с места в парах. Броски по кольцу способом «сверху» и «снизу» с близкой дистанции. Ознакомление с техникой выполнения упражнения на пресс. Игра в мини-баскетбол.</p>	1	<p>Выполнять общеразвивающие упражнения для развития скоростно-силовых способностей, изучаемые элементы баскетбола.</p>	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь рассказать правила проведения игры.</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	12.10.	
19	<p><i>Футбол (мини-футбол). Овладение элементарными умениями в передачах и ведении мяча.</i></p> <p>Знания о физической культуре. Правила игры в футбол.</p> <p>Физическое совершенствование: ОРУ. Ведение и остановки мяча. Передачи в парах правой и левой ногой, остановки мяча. Ознакомление с техникой выполнения упражнения на гибкость (наклон из положения стоя). Игра «Осада города».</p>	1	<p>Уметь выполнять простейшие элементы с мячом, упражнения для развития силовых способностей.</p>	<p>Коммуникативные: организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение. Регулятивные: использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: рассказать правило проведения подвижной игры «Осада города».</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	14.10.	

20	<i>Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.</i>	1	Уметь выполнять простейшие элементы с мячом, упражнения для развития силовых способностей.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, сотрудничество в совместном решении задач. Познавательные: уметь играть в спортивные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	16.10.	
	Физическое совершенствование: ОРУ. Ведение и остановки мяча. Передачи в парах правой и левой ногой, остановки мяча. Удары по воротам правой и левой ногой по не катящемуся мячу. Игра в мини-футбол малыми командами						
21	Физическое совершенствование: ОРУ. Ведение и остановки мяча. Передачи в парах правой и левой ногой, остановки мяча. Удары по воротам правой и левой ногой по не катящемуся мячу. Игра в мини-футбол малыми командами	1	Знать свой режим дня, элементарные действия с футбольным мячом.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказать правила проведения игры мини-футбол.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	19.10.	
22	<i>Пионербол. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках и передачах мяча.</i>	1	Запомнить, правила спортивной игры пионербол.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь играть в подвижную игру «Два мороза».	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	21.10.	
	Знания о физической культуре. Правила игры – пионербол. Физическое совершенствование: ОРУ. Стойки игрока. Передвижения в стойке. Броски мяча двумя руками. Передачи в парах и тройках на месте и с перемещением. Игра «два мороза».						
	<i>Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими</i>		Выполнять общеразвивающие упражнения для	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать	Формирование чувства гордости за свою Родину,		

23	<i>взаимодействиями.</i>	1	развития скоростно-силовых способностей.	продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять броски и передачи.	российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.	23.10.
	Физическое совершенствование: ОРУ. Броски мяча двумя руками. Передачи в парах и тройках на месте и с перемещением. Броски через сетку, подачи. Игра в пионербол по заданиям.					
24	Физическое совершенствование: ОРУ. Передачи в парах и тройках на месте и с перемещением. Броски через сетку, подачи. Нападающий бросок через сетку из 2 и 4 зоны. Игра в пионербол по заданиям.	1	Уметь выполнять простейшие элементы с мячом, упражнения для развития силовых способностей.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказать правила проведения игры пионербол.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	26.10.
25	<i>Гандбол. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.</i>	1	Понимать правила проведения подвижной игры «Играй, играй, мяч не теряй», «Мяч водящему» «Осада города».	Коммуникативные: организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение. Регулятивные: использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: уметь играть в подвижные и спортивные игры.	Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	28.10.
	Знания о физической культуре. Правила игры – гандбол. Физическое совершенствование: ОРУ. Ознакомление с игрой, передачи, броски в парах, по воротам. Игра «Осада города».					

26	Физическое совершенствование: ОРУ. Передачи, броски в парах, в движении, броски по воротам с места. Игра «Штурм».	1	Выполнять общеразвивающие упражнения в движении для развития скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь рассказать правила спортивной игры гандбол.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли».	30.10.	
27	<i>Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.</i> Физическое совершенствование: ОРУ. Передачи, броски в парах, в движении, броски по воротам с места и с разбега. Игра в гандбол малыми составами по заданиям.	1	Уметь играть в подвижную игру «Вышибалы».	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	09.11.	

Гимнастика (18 час)

	<i>Гимнастика. Освоение строевых упражнений. Освоение акробатических упражнений и развитие координационных способностей.</i>	18	Различать и выполнять строевые	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками		
--	--	----	--------------------------------	--	---	--	--

1(28)	<p>Инструктаж по ТБ при занятиях гимнастикой.</p> <p>Знания о физической культуре. <i>Гимнастика, ее история и значение в жизни человека.</i></p> <p><u>Строевые упражнения</u> Основная стойка; построение в колонну по одному и в шеренгу.</p> <p>Физическое совершенствование:</p> <p><u>Акробатика:</u> кувырок вперед.</p>	1	<p>команды.</p> <p>Запомнить тему урока : гимнастика, ее история и значение в жизни человека.</p>	<p>условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: правильно выполнять строевые упражнения.</p>	и взрослыми в разных социальных ситуациях.	11.11.	
2(29)	<p><i>Освоение висов и упоров, развитие силовых и координационных способностей.</i></p> <p>Физическое совершенствование:</p> <p><u>Строевые упражнения</u> рапорт, основная стойка; построение в колонну по одному и в шеренгу.</p> <p><u>Акробатика:</u> кувырок вперед, через препятствие, назад.</p> <p><u>Перекладина</u> различные варианты висов, вис согнувшись, вис прогнувшись. Подтягивания.</p>	1	<p>Уметь выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации</p>	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.	13.11.	
3(30)	<p>Знания о физической культуре. <i>Зарядка.</i></p> <p>Физическое совершенствование:</p> <p><u>Строевые упражнения:</u> Команды «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайсь!».</p> <p><u>Акробатика:</u> 2-3 кувырка вперед, назад. Стойка на лопатках.</p> <p><u>Перекладина</u> различные варианты висов, вис согнувшись, вис прогнувшись - зачет. Подтягивания.</p>	1	<p>Знать, как выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.</p> <p>Запомнить тему урока: зарядка.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать устно гимнастические термины вис согнувшись, вис прогнувшись.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	16.11.	
4(31)	<p>Физическое совершенствование:</p> <p><u>Строевые упражнения</u> рапорт, основная стойка;</p>	1	<p>Уметь выполнять</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг</p>	Развитие мотивов учебной	18.11.	

	<p>построение в колонну по одному и в шеренгу. Повороты на месте.</p> <p><u>Акробатика</u>: 2-3 кувырка вперед, назад - зачет. Стойка на лопатках. Мост.</p> <p><u>Перекладина</u> различные варианты висов, вис, согнувшись, вис прогнувшись. Подтягивания.</p>		<p>строевые команды; акробатические элементы, упражнения на перекладине.</p>	<p>к другу.</p> <p>Регулятивные: формировать умения адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации</p>	<p>деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли</p>		
5(32)	<p>Физическое совершенствование:</p> <p><u>Строевые упражнения:</u> повороты направо, налево, кругом.</p> <p><u>Акробатика:</u> 2-3 кувырка вперед, назад. Стойка на лопатках, мост. Стойка на голове и руках.</p> <p><u>Перекладина</u> различные варианты висов, вис, согнувшись, вис прогнувшись. Подтягивания.</p>	1	<p>Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать правила выполнения акробатических элементов.</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	20.11.	
6(33)	<p><i>Освоение висов и упоров, развитие силовых и координационных способностей.</i></p> <p>Физическое совершенствование:</p> <p><u>Строевые упражнения:</u> рапорт, ознакомление с перестроением из шеренги по 1 в шеренгу по 2 на месте.</p> <p><u>Акробатика:</u> 2-3 кувырка вперед, назад. Стойка на лопатках, мост - зачет. Стойка на голове и руках. Стойка на руках с помощью.</p> <p><u>Кольца:</u> различные варианты висов, вис, согнувшись, вис прогнувшись. Махи. Переворот назад и вперед.</p>	1	<p>Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p>	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать правила выполнения акробатических элементов.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.</p>	23.11.	
7(34)	<p>Физическое совершенствование: <u>Строевые упражнения:</u> команды «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; рапорт учителю; повороты</p>	1	<p>Уметь выполнять висы, элементы на</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и</p>	25.11.	

	<p>кругом на месте; расчёт по порядку.</p> <p><u>Акробатика:</u> 2-3 кувырка вперед, назад. Стойка на лопатках, мост. Стойка на голове и руках. Стойка на руках с помощью. Равновесие на одной.</p> <p><u>Кольца:</u> различные варианты висов, вис, согнувшись, вис прогнувшись, махи - зачет.</p> <p>Переворот назад и вперед. Выкрут.</p>		<p>кольцах.</p>	<p>соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать правила выполнения акробатических элементов.</p>	<p>формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли</p>		
8(35)	<p>Физическое совершенствование:</p> <p>Строевые упражнения повороты направо, налево, кругом – зачет.</p> <p><u>Акробатика:</u> ознакомление с акробатической комбинацией из изученных элементов.</p> <p><u>Кольца:</u> различные варианты висов, вис, согнувшись, вис прогнувшись. Махи. Переворот назад и вперед. Выкрут.</p>	1	<p>Выполнять разминку направленную на развитие силовых способностей.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять подтягивания в висе.</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	27.11.	
9(36)	<p>Физическое совершенствование:</p> <p><u>Строевые упражнения:</u> перестроение из одной шеренги в три уступами.</p> <p><u>Акробатика:</u> акробатическая комбинация из изученных элементов.</p> <p><u>Кольца:</u> различные варианты висов, вис, согнувшись, вис прогнувшись. Махи, переворот назад и вперед, выкрут.</p>	1	<p>Понимать правила выполнения акробатической комбинации.</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умения адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации</p>	<p>Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.</p>	30.11.	

10(37)	<p>Физическое совершенствование: <u>Строевые упражнения.</u> <u>Акробатика:</u> акробатическая комбинация из изученных элементов. <u>Кольца:</u> комбинация из изученных элементов. Переворот назад и вперед, выкрут – зачет.</p>	1	Выполнять организующие команды.	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь рассказать акробатическую комбинацию устно.</p>	Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	02.12.	
11(38)	<p><i>Освоение навыков равновесия.</i></p> <p>Физическое совершенствование: <u>Акробатика:</u> акробатические элементы, разминочные и силовые упражнения на матах. <u>Бревно:</u> Ходьба приставными шагами; повороты на носках и одной ноге; ходьба приставными шагами; приседание и переход в упор присев, упор стоя на колене, сед.</p>	1	Понимать правила упражнений в равновесии и на кольцах.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь выполнять элементы прикладной гимнастики.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	04.12.	
12(39)	<p><i>Освоение танцевальных упражнений и развитие координационных способностей.</i></p> <p>Физическое совершенствование: <u>Акробатика:</u> акробатическая комбинация из изученных элементов. <u>Бревно:</u> Ходьба по бревну большими шагами и выпадами; ходьба на носках; повороты прыжком на 90° и 180°; опускание в упор стоя на колене (правом, левом). <u>Танцевальные упражнения:</u> шаги галопа и польки в парах; сочетание изученных танцевальных шагов;</p>	1	Уметь выполнять висы, подтягивания в вися.	<p>Коммуникативные: организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение. Регулятивные: использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: уметь выполнять висы, подтягивания в вися.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	07.12.	

	русский медленный шаг.					
13(40)	<p>Физическое совершенствование: <u>Акробатика:</u> акробатическая комбинация из изученных элементов (м) - зачет. <u>Бревно:</u> упражнения в равновесии (ходьба различными способами). <u>Танцевальные упражнения:</u> сочетание шагов галопа и польки в парах; элементы народных танцев.</p>	1	<p>Знать, как выполнить акробатическую комбинацию.</p> <p>Понимать правила поведения на снарядах.</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять элементы.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.</p>	09.12.
14(41)	<p><i>Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей.</i></p> <p>Физическое совершенствование: <u>Акробатика:</u> акробатическая комбинация из изученных элементов (д) - зачет. <u>Опорный прыжок:</u> Опорные прыжки на горку из гимнастических матов. <u>Бревно:</u> комбинация в равновесии.</p>	1	<p>Уметь выполнить акробатическую комбинацию.</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умения адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь сделать вис согнувшись и прогнувшись, соскок .</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли</p>	11.12.
15(42)	<p><i>Освоение навыков лазанья и перелезания, развитие координационных и силовых способностей, правильной осанки.</i></p> <p>Физическое совершенствование: <u>Канат:</u> Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лёжа, лёжа на животе, подтягиваясь руками. <u>Опорный прыжок:</u> Опорные прыжки на козла. <u>Бревно:</u> комбинация в равновесии – зачет.</p>	1	<p>Выполнять общеразвивающие упражнения на кольцах, опорные прыжки.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать устно комбинацию в равновесии, знать терминологию.</p>	<p>Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.</p>	14.12.
	<i>Основы единоборств с элементами национальных игр.</i>		Знать технику	Коммуникативные:	Развитие	

16(43)	Физическое совершенствование: <u>Канат:</u> перелезание через бревно, коня, через препятствия. <u>Опорный прыжок:</u> козел в ширину (вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук). <u>Элементы единоборств:</u> Инструктаж по ТБ. Подвижная игра «Смена капитана». Национальная игра: «Спутанные кони» (Тышаулы атлар).	1	выполнения акробатических упражнений, прыжковых упражнений.	обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение, организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: уметь выполнять отталкивание от мостика.	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	16.12.	
17(44)	Физическое совершенствование: <u>Канат:</u> лазанье в 2 и в 3 приема. Опорный прыжок: козел в ширину (вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук) - зачет. <u>Элементы единоборств:</u> подвижная игра «Бой петухов». Национальная игра: «Мяч по кругу» (Теенчек уены).	1	Выполнять разминку для развития координационных способностей.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь играть в подвижные игры «Мяч по кругу», «Теенчек уены».	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	18.12.	
18(45)	Физическое совершенствование: Канат: лазанье в 2 и в 3 приема – зачет. <u>Элементы единоборств:</u> подвижная игра «Выталкивание из круга». Национальная игра: «Кто дальше бросит?» (Ыргыту уены?)	1	Выполнять разминку для развития координационных способностей.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь играть в подвижную игру (Ыргыту уены?).	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	21.12.	

Спортивные и подвижные игры (3 часа).

19(46)	<i>Подвижные и спортивные игры. Баскетбол.</i> <i>Овладение элементарными умениями в ловле, бросках,</i>	3	Выполнять общеразвивающ	Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношение друг	Развитие этических		
--------	---	---	-------------------------	---	--------------------	--	--

	<i>передачах и ведении мяча.</i>		ие упражнения для развития скоростно-силовых способностей.	к другу, устанавливая рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: рассказать и показывать основные движения в прыжках; уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Удочка».	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	23.12.	
	Инструктаж по ТБ. Физическое совершенствование: общеразвивающие упражнения. Повтор техники держание мяча, ведение на месте. Дриблинг на месте и в шаге. Игра «Удочка».	1					
20(47)	Физическое совершенствование: общеразвивающие упражнения. Пробежка. Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой, дриблинг с сопротивлением. Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Лисы и куры».	1	Знать, как выполнить ведение мяча.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	25.12.	
21(48)	Физическое совершенствование: общеразвивающие упражнения. Ловля и передача мяча на месте. Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом и бегом). Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Эстафеты с мячом.	1	Знать и уметь выполнять элементы спортивной игры.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь выполнять действия с мячом.	Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	11.01.	

Плавание (5 часов).

1(49)	Овладение знаниями. Имитационные специальные плавательные упражнения для изучения стилей плавания и освоения в одной среде.	1	Соблюдать правила поведения в воде	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: знать ТБ при занятиях по плаванию; уметь выполнять имитационные движения	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	13.01.	
	Инструктаж по Т.Б при занятиях плаванием. Знания о физической культуре. Влияние плавания на состояние здоровья, правила гигиены, поведение в экстремальной ситуации. Физическое совершенствование: имитация специальных плавательных упражнений для освоения в водной среде (имитация погружения с открытыми глазами, «поплавок», «звездочка», задержка дыхания). Имитация движений ног и рук при плавании способом кроль на груди. Спортивные и подвижные игры.						
2(50)	Знания о физической культуре. Закаливание. Физическое совершенствование: имитация специальных плавательных упражнений для освоения в водной среде - («поплавок», «звездочка», задержка дыхания, поиск предмета с закрытыми глазами). Упражнения на задержку дыхания. Имитация движения ног и рук при плавании способом брасс. Спортивные и подвижные игры.	1	Уметь выполнять имитацию изученных действий.	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: знать ТБ при занятиях по плаванию; уметь выполнять имитационные движения	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	15.01.	
3(51)	Знания о физической культуре. Стили плавания. Физическое совершенствование: Имитация согласованности движения рук и ног при плавании способом кроль на груди, брасс. Спортивные и подвижные игры.	1	Уметь выполнять имитацию изученных действий.	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: знать ТБ при занятиях по плаванию; уметь выполнять имитационные	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение	18.01.	

				движения	социальной роли		
4(52)	<p>Знания о физической культуре. Названия плавательных упражнений, способов плавания и предметов для обучения.</p> <p>Физическое совершенствование: имитация специальных плавательных упражнений для освоения в водной среде (дыхательные упражнения). Имитация техники вхождения в воду прыжки с возвышенности ногами вниз с задержкой дыхания. Спортивные и подвижные игры.</p>	1	Уметь выполнять имитацию изученных действий.	<p>Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: знать ТБ при занятиях по плаванию; уметь выполнять имитационные движения</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	20.01.	
5(53)	<p>Физическое совершенствование: Упражнения для освоения в водной среде («поплавок», «звездочка», задержка дыхания). Движения ног и рук при плавании способом кроль на груди, брасс.</p> <p>Дыхательные упражнения, упражнения на задержку дыхания. Имитация техники вхождения в воду прыжки с возвышенности ногами вниз с задержкой дыхания. Подвижные и спортивные игры.</p>	1	Уметь выполнять имитацию изученных действий.	<p>Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: знать ТБ при занятиях по плаванию; уметь выполнять имитационные движения</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	22.01.	

Лыжная подготовка (17 часов).

6(54)	<i>Лыжная подготовка. Освоение техники лыжных ходов.</i>	1	Знать и соблюдать ТБ на уроках лыжной подготовки. Знать способы передвижения на лыжах.	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: знать ТБ по лыжной подготовке; уметь</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	25.01.	
	<p>Знания о физической культуре. Инструктаж по ТБ. Основные требования к одежде и обуви во время занятий. Значение занятий лыжами для укрепления здоровья и закаливания.</p> <p>Физическое совершенствование: Построение на лыжах. Скользящий и ступающий шаг без палок. Дистанция – 200м.</p>						

				выполнять скользящий шаг			
7(55)	<p>Знания о физической культуре. Требования к температурному режиму, понятие об обморожении. Особенности дыхания.</p> <p>Физическое совершенствование: Скользящий и ступающий шаг с палками. Повороты переступанием. Дистанция – 300м.</p>	1	Уметь выполнять скользящий шаг, поворот переступанием на месте.	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять скользящий шаг.</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	27.01.	
8(56)	<p>Физическое совершенствование: Скользящий и ступающий шаг с палками. Повороты переступанием. Дистанция – 500м.</p>	1	Уметь выполнять скользящий шаг.	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь выполнять скользящий шаг.</p>	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.	29.01.	
9(57)	<p>Физическое совершенствование: Скользящий шаг - зачет. Попеременный и одновременный двухшажный ход. Повороты прыжком. Игры на лыжах.</p>	1	Уметь выполнять скользящий шаг, повороты.	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно</p>	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и	01.02.	

				выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь выполнять пройденные ходы.	историю России, уважительном отношении к культуре других народов.		
10(58)	Физическое совершенствование: Попеременный и одновременный двухшажный ход. Попеременный одношажный ход. Повороты. Дистанция – до 500м. Игры на лыжах.	1	Уметь выполнять скользящий шаг, поворот переступанием на месте с продвижением вперед	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выполнять поворот переступанием на месте с продвижением вперед.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	03.02.	
11(59)	Физическое совершенствование: Попеременный и одновременный двухшажный ход. Попеременный одношажный ход. <i>Повороты - зачет.</i> Дистанция – до 800м. Игры на лыжах.	1	Выполнять спуск в стойке устойчивости, подъём «лесенкой» наискось, поворот переступанием на месте с продвижением вперед	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: знать какая нужна одежда и обувь для занятий на лыжах.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	05.02.	
12(60)	Физическое совершенствование: Попеременный и одновременный двухшажный ход. Спуск в основной стойке. Подъем «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Игры на лыжах.	1	Уметь выполнять скользящий шаг, поворот переступанием с продвижением вперед	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять пройденные ходы.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	08.02.	

13(61)	Физическое совершенствование: одновременный двухшажный ход. Попеременный двухшажный ход - зачет. Подъем «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Спуск в основной стойке. Торможение «плугом». Дистанция – 1 км.		Знать, как выполнять скользящий шаг, попеременно двухшажный ход, поворот переступанием на месте, с продвижением вперед	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь выполнять спуск в стойке устойчивости.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	10.02.	
14(62)	Физическое совершенствование: Одновременный двухшажный ход. <i>Попеременный двухшажный ход - зачет.</i> Подъем «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Спуск в основной стойке. Торможение «плугом». Дистанция – 1 км.	1	Выполнять спуск в стойке устойчивости, подъем «лесенкой» наискось.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, сотрудничество в совместном решении задач. Познавательные: уметь выполнять передвижения на лыжах.	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.	12.02.	
15(63)	Физическое совершенствование: Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. <i>Спуск в высокой стойке, подъем «лесенкой» - зачет,</i> «елочкой». Торможение «плугом». Игры на лыжах.		Знать, как выполнять скользящий шаг, попеременно двухшажный ход, поворот переступанием на месте, с продвижением вперед	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь выполнять спуск в стойке устойчивости.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	15.02.	
16(64)	Физическое совершенствование: Повторение техники ходов, подъемов, торможений. Спуски с препятствиями. <i>Дистанция – 500м. – на</i>	1	Уметь выполнять спуск в стойке устойчивости,	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Умение не создавать конфликты и находить	17.02.	

	<i>результат.</i> Игры на лыжах.		подъём «лесенкой» наискось, поворот переступанием на месте, с продвижением вперёд.	условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять упражнения на возвышенности.	выходы из спорных ситуаций.		
17(65)	Физическое совершенствование: Попеременный двухшажный ход. <i>Одновременный бесшажный ход – зачет.</i> Спуск в высокой стойке. Подъем «елочкой». Игры на лыжах.		Знать, как выполнять скользящий шаг, попеременно двухшажный ход, поворот переступанием на месте, с продвижением вперёд	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь выполнять спуск в стойке устойчивости.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	19.02.	
18(66)	Физическое совершенствование: Повторение лыжных ходов. Дистанция – 1000м. – без учета времени. Игры на лыжах.		Знать, как выполнять скользящий шаг, попеременно двухшажный ход, поворот переступанием на месте, с продвижением вперёд	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь выполнять спуск в стойке устойчивости.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	22.02.	
19(67)	Физическое совершенствование: Повторение лыжных ходов. <i>Дистанция – 1000м. – на результат.</i> Игры на лыжах.	1	Знать, как выполнять скользящий шаг, поворот переступанием на месте с продвижением	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	24.02.	

			вперёд.	свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь катание на выносливость.	отзывчивости, сочувствия другим людям.		
20(68)	Физическое совершенствование: Повторение лыжных ходов и упражнений на возвышенности. Игры на лыжах.	1	Знать, как выполнять скользящий шаг, поворот переступанием на месте с продвижением вперёд.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять перенос массы тела с ноги на ногу.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	26.02.	
21(69)	Физическое совершенствование: Повторение лыжных ходов и упражнений на возвышенности. Игры на лыжах.	1	Знать, как выполнять скользящий шаг, поворот переступанием на месте с продвижением вперёд.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять одноопорное скольжение.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	01.03.	
22(70)	Физическое совершенствование: Прохождение дистанции 2 км. без учета времени. Игры и эстафеты на лыжах.	1	Выполнять скользящий шаг, спуск в стойке устойчивости, подъём «лесенкой» наискось.	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выполнять пройденные элементы лыжной подготовки.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	03.03.	

Спортивные и подвижные игры (8 часов).

23(71)	Баскетбол. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.	5	Уметь владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: знать ТБ при проведении занятий по баскетболу	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	05.03.	
	Знания о физической культуре. Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности. Физическое совершенствование. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Различные варианты передач в парах. Игра «Удочка».	1					
24(72)	Физическое совершенствование. Ведение с изменением скорости и направления, броски мяча двумя руками от груди с места в парах. Ведение мяча – зачет. Игра «Защита стойки».	1	Понимать правила проведения подвижной игр.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>)	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	08.03.	
25(73)	Физическое совершенствование. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Передачи мяча двумя руками от груди в парах - зачет. Броски по кольцу способом «сверху» и «снизу» с близкой дистанции. Игра «Капитаны».	1	Выполнять общеразвивающие упражнения для развития координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Капитаны».	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.	10.03.	

26(74)	Физическое совершенствование. Ведение, передачи, броски по кольцу со средней дистанции, обучение технике броска на два шага в корзину. Игра «Осада города».	1	Знать, как владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города».	Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	12.03.	
27(75)	Физическое совершенствование. Ведение, передачи, броски по кольцу со средней дистанции, обучение технике броска на два шага в корзину. <i>Броски из под щита (справа и слева) – зачет.</i> Игра «Вышибалы».	1	Соблюдать дисциплину и правила ТБ в условиях учебной и игровой деятельности.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления Познавательные: уметь выполнять бросок из под щита.	Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	15.03.	
28(76)	<i>Футбол – (мини-футбол). Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.</i>	1	Уметь играть футбол по упрощенным правилам.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь играть футбол по упрощенным правилам	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	17.03.	
	Физическое совершенствование. Ведение и остановки мяча. Передачи в парах правой и левой ногой, остановки мяча. Игра «Защита стойки».Игра «Капитаны».						
29(77)	Физическое совершенствование. Передачи в парах правой и левой ногой, остановки мяча. Удары по	1	Выявлять ошибки при выявлении технических	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга.	Развитие этических чувств, доброжелательн	19.03.	

	воротам правой и левой ногой по не катящемуся мячу. Ведение и <i>остановки мяча (правой и левой ногой) - зачет</i> . Игра «Охотники и утки».		действий из спортивных игр.	Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Охотники и утки».	ости и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.		
30(78)	Физическое совершенствование. Ведение и остановки мяча. <i>Передачи в парах правой и левой ногой – зачет</i> , остановки мяча. Удары по воротам правой и левой ногой по не катящемуся мячу. Игра «Вышибалы».	1	Выполнять правильно технические действия в игре.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	02.04.	

Легкая атлетика (4 часа).

1(79)	<i>Легкая атлетика. Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.</i>	1	Знать, как правильно приземляться на две ноги	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь правильно выполнять основные движения в прыжках.	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.	05.04.	
	Знания о физической культуре. Правила соревнований в беге, прыжках и метаниях, техника безопасности на занятиях. Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега и отталкивание. Повторение техники прыжков в длину с места. Игра «Волк во рву».						
2(80)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом «перешагивание». Переход через планку.	1	Знать, как правильно приземляться	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский	07.04.	

	<i>Прыжки в длину с места – на результат (мальчики).</i> Игра «Удочка».		на две ноги	Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь правильно выполнять основные движения в прыжках.	народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.		
3(81)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом «перешагивание». Приземление. <i>Прыжки в длину с места – на результат (девочки).</i> Игра «Пустое место».	1	Знать, как правильно приземляться на две ноги	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь правильно выполнять основные движения в прыжках.	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.	09.04.	
4(82)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. <i>Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом «перешагивание» - на результат.</i>	1	Знать, как правильно приземляться на две ноги	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь правильно выполнять основные движения в прыжках.	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительном отношении к культуре других народов.	12.04.	

Спортивные и подвижные игры 12 часов.

	<i>Баскетбол. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.</i>	5	Соблюдать дисциплину и	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои	Развитие мотивов		
--	--	---	------------------------	--	------------------	--	--

5(83)	<p>Знания о физической культуре. Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности.</p> <p>Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ с мячом. Держание, ведение мяча. Ловля и передача мяча, бросок в два шага в корзину. <i>Подтягивание в висе – на результат (мальчики).</i></p>	1	правила ТБ в условиях учебной и игровой деятельности.	мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь играть в мини-баскетбол	учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	14.04.	
6(84)	<p>Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ с мячом. Ведения мяча. Ловля и передача мяча в парах, бросок в два шага в корзину. <i>Подтягивание, в висе лежа – на результат (девочки).</i> Эстафеты с баскетбольным мячом.</p>	1	Уметь владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь владеть мячом (<i>держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>)	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	16.04.	
7(85)	<p>Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ в движении. Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – передача. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Челночный бег – (мальчики). Игра «Вышибалы».</p>	1	Уметь играть в мини-баскетбол по упрощенным правилам.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы».	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России.	19.04.	
	<i>Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение</i>		Соблюдать дисциплину и	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои	Умение не создавать		

8(86)	<i>элементарными технико-тактическими взаимодействиями.</i>	1	правила ТБ в условиях учебной и игровой деятельности.	мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления Познавательные: уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам.	конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	21.04.	
	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – бросок одной рукой от головы. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Передачи в парах в движении. Челночный бег – (девочки). Игра мини-баскетбол.						
9(87)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Ведения мяча. Повтор пройденных элементов с мячом. <i>Бросок в корзину на 2 шага - зачет.</i> Игра малыми составами по заданиям.	1	Уметь играть футбол по упрощенным правилам.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	23.04.	
10(88)	Футбол – (мини-футбол). Овладение элементарными умениями в передачах и ведении мяча.	3 1	Выявлять ошибки при выявлении технических действий из спортивных игр.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	26.04.	
	Знания о физической культуре. Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности. Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, средней частью подъема. Остановка мяча. Ведение по прямой. Упражнение на пресс – (мальчики).						

11(89)	<p>Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы, средней частью подъема. Остановка мяча. Ведение по прямой. Удары по воротам указанными способами. Упражнение на пресс – (девочки). Игра «Два мороза».</p>	1	Соблюдать дисциплину и правила ТБ в условиях учебной и игровой деятельности.	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: Знать технику безопасности при игре в футбол.</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	28.04.	
12(90)	<p><i>Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.</i></p> <p>Физическое совершенствование. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, средней частью подъема. Остановка мяча. <i>Ведение по прямой и удары по воротам с места – зачет.</i> Игра мини-футбол по заданиям.</p>	1	Описывать технические действия спортивных игр.	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать правила проведения игры.</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	30.04.	
13(91)	<p><i>Пионербол. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах мяча.</i></p> <p>Знания о физической культуре. Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности.</p> <p>Физическое совершенствование. Различные передачи и броски в парах на месте и в движении, броски с заданиями. Различные варианты бросков в парах через сетку. Упражнение на гибкость (наклон из положения стоя). Игра «Вышибалы».</p>	4 1	Моделировать технические действия в игровой деятельности.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	03.05.	

14(92)	Физическое совершенствование. Различные передачи и броски в парах на месте и в движении, броски с заданиями. Нападающий бросок через сетку. Игра «Бездомный заяц».	1	Выполнять правильно технические действия	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь рассказать правила игры «Бездомный заяц».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	05.05.	
15(93)	Физическое совершенствование. Нападающий бросок через сетку, ловля мяча после нападающего броска. Подача, ловля после подачи. Игра пионербол малыми составами по заданиям.	1	Моделировать технические действия в игровой деятельности.	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры «Неудобный бросок».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	07.05.	
16(94)	Физическое совершенствование. Нападающий бросок через сетку, ловля мяча после нападающего броска. Подача, ловля после подачи. Игра пионербол по упрощенным правилам.	1	Уметь владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>)	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	10.05.	

Легкая атлетика (8 ч)

	<i>Легкая атлетика. Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей.</i>		Описывать и обосновывать	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов		
--	---	--	--------------------------	---	------------------	--	--

17(95)	Высокий Старт (15-30 м). Стартовый разгон, бег по дистанции (40-50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Определение результатов в спринтерском беге; 30м прикидка. ОРУ в движении. Бег с ускорением 2 – 3 серии по 20 – 40 метров.	1	правила по ТБ при выполнении беговых и прыжковых упражнений.	Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику в ходьбе и беге.	учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	12.05.	
18(96)	Бег (30 м) – на результат. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных возможностей. Прикидка на 60 м.	1	Уметь правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге.	Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умения адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь распределять силы на короткую дистанцию.	Развитие этических чувств и доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сопереживание чувствам других людей	14.05.	
19(97)	Овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых и координационных способностей. Бег (60 м) – на результат. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность – повторение финального усилия + разбег. Подвижная игра «Кто дальше бросит».	1	Уметь правильно выполнять основные движения в метании.	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, сотрудничество в совместном решении задач. Познавательные: Осваивать технику бега различными способами.	Осознание своей этнической и национальной принадлежности и; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	17.05.	
	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости.		Выполнять основные движения в	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой выражать свои	Развитие этических чувств,		

20(98)	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Метание мяча (150 гр.) с 4 – 5 шагов разбега – на результат. Бег до 800 м.	1	метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: выполнять основные движения в метании	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	19.05.	
21(99)	Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей. ОРУ в движении. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега: <u>отталкивание + разбег</u> способом «согнув ноги». Бег 1000 м без учета времени.	1	Характеризовать технику бега различными способами, техники прыжковых упражнений.	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь правильно выполнять основные движения в прыжках.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	21.05.	
22(100)	Беговые разминочные упражнения. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега – на результат. Метания мяча в цель (1*1м.) с расстояния 6-8 м.	1	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги	Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	24.05.	
23(101)	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения, Бег (1000 м) – на время на результат.	1	Уметь правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге.	Коммуникативные: сохранять доброжелательные отношения друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умения адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь правильно распределять силы на	Развитие этических чувств и доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	26.05.	

				дистанции.	сопереживание чувствам других людей		
24(102)	ОРУ. Подвижные игры на свежем воздухе.	1	Понимать правила проведения подвижной игры	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг-друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	28.05.	