**2 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Тип урока | Кол-во часов | Решаемые проблемы | Планируемые результаты универсальные учебные действия | предметные  знания | Вид кон- троля | Дата |
| 1 | 2 | 3 |  | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **Легкая атлетика (13 ч)** | | | | | | | | |
| 1 | Правила пове- дения в спор- тивном зале и на спортивной площадке. Подвижная игра «Салки-дого- нялки» | Ввод- ный | 1 | Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке? Цели: познако- мить с содержани- ем и организацией уроков физической культуры, с прави- лами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж- нениями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- его действия.  *Личностные:* проявляют учебно-познавательный инте- рес к новому учебному материалу | Научатся:  - соблюдать правила пове- дения в спор- тивном зале  и на спортив- ной площадке на уроке;  - самостоятель- но выполнять комплекс утрен- ней гимнастики | Теку- щий |  |
| 2 | Совершенство- вание строевых упражнений. Обучение по- ложению высо- кого старта. Игра «Ловишка» | Изуче- ние но- вого мате- риала | 1 | Что такое шеренга, колонна? Какой должна быть спор- тивная форма? Цели: повторить команды «Стано- вись!», «Смирно!», «Равняйсь!». Учить принимать положение высо- кого старта | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться | Научатся:  - выполнять команды на по- строения и пере- строения;  - технически правильно при- нимать положе- ние высокого старта | Теку- щий |  |
| 3 | Совершенство- вание строевых упражнений. Обучение бегу с высокого | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Как выполняется построение в ко- лонну?  Цели: повторить построение в ше- | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. | Научатся:  - выполнять ор- ганизующие строевые коман- ды и приемы; | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | старта на дис- танцию 30 м. Игра «Салки с домом» |  |  | ренгу, колонну; повторить поло- жение высокого старта | *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоана- лиз и самоконтроль результата | - выполнять бег с высокого старта |  |  |
| 4 | Развитие скоро- сти и ориента- ции в простран- стве. Контроль двигательных качеств: чел- ночный бег 5 х Ю. Игра «Гуси- лебеди» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Корректировка техники челночно- го бега. Как вы- полнять поворот в челночном беге? Цели: учить бегу с изменением на- правления движе- ния | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо- бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают оценку учите- ля, сверстников.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше- нию в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | Научатся:  - технически правильно дер- жать корпус  и руки при беге в сочетании с дыханием;  - технически правильно вы- полнять пово- рот в челноч- ном беге | Кон- троль двига- тель- ных качеств (чел- ночный бег) |  |
| 5 | Развитие вни- мания, мышле- ния при выпол- нении расчета по порядку. Обучение прыжкам вверх и в длину с места. Игра «Удочка» | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Как прыгать вверх и в длину с места? Цели: учить вы- полнять легкоатле- тические упраж- нения - вверх и в длину с места, соблюдая правила безопасности во время призем- ления; фиксиро- вать информацию об изменениях в организме | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оце- нивают правильность выполнения действия; осуществ- ляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно вос- принимают оценку учителя.  *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- его действия.  *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - выполнять легкоатлети- ческие упраж- нения;  - технике дви- жения рук и ног в прыжках вверх и в длину;  - оценивать величину на- грузки по час- тоте пульса | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 6 | Совершенство- вание строевых упражнений. Объяснение по- нятия «физиче- ская культура как система занятий физи- ческими упраж- нениями». Игра «Жмурки» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какая польза от занятий физиче- ской культурой? Цели: учить пра- вильно выполнять строевые упражне- ния: повороты, ходьба «змейкой», по кругу, по спи- рали | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: осуществляют самоана- лиз и самоконтроль результата | Научатся:  - характеризо- вать роль и зна- чение уроков физической культуры для укрепления здо- ровья;  - выполнять упражнения  по образцу учи- теля и показу лучших учени- ков | Теку- щий |  |
| 7 | Развитие ловко- сти, внимания в метании пред- мета на даль- ность.  Разучивание игры «Кто дальше бросит» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как выполнять ме- тание малого мяча (мешочка) на даль- ность?  Цели: учить пра- вильной технике метания | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - выполнять легкоатлетиче- ские упражне- ния (метания);  - технически правильно дер- жать корпус, ноги и руки  в метаниях | Теку- щий |  |
| 8 | Контроль дви- гательных ка- честв: метание. Эстафета «За мячом против- ника» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Метание предмета на дальность. Цели: учить вы- полнять упражне- ния с соблюдением очередности и пра- вил безопасности; взаимодействовать в команде | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре- зультат действия.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:  - технически правильно вы- полнять мета- ние предмета;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Кон- троль двига- тель- ных качеств (мета- ние) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |  |
| 9 | Ознакомление | Про- | 1 | Когда появились | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- | Научатся: | Кон- |  |  |
|  | с историей воз- | верка |  | первые спортив- | руют познавательные цели. | - выполнять | троль |  |  |
|  | никновения | и кор- |  | ные соревнования? | *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- | легкоатлетиче- | двига- |  |  |
|  | первых спор- | рекция |  | Цели: познако- | ствие после его завершения на основе его оценки и учета | ские упражне- | тель- |  |  |
|  | тивных сорев- | знании |  | мить с историей | характера сделанных ошибок. | ния; | ных |  |  |
|  | нований. | и уме- |  | возникновения | *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- | - выполнять | качеств |  |  |
|  | Контроль дви- | ний |  | первых спортив- | ствия партнера; договариваются и приходят к общему | упражнение, | (прыжки |  |  |
|  | гательных ка- |  |  | ных соревновании; | решению в совместной деятельности. | добиваясь ко- | в длину |  |  |
|  | честв: прыжки |  |  | учить правильно | *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- | нечного резуль- | с места) |  |  |
|  | в длину с места |  |  | выполнять прыжок с места | любие и упорство в достижении поставленных целей | тата |  |  |  |
| 10 | Обучение бегу | Ком- | 1 | Как увеличивать | *Познавательные:* используют общие приемы решения | Научатся: | Теку- |  |  |
|  | с изменением | бини- |  | и уменьшать ско- | поставленных задач. | - выполнять | щий |  |  |
|  | частоты шагов. | рован- |  | рость бега? | *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу | легкоатлетиче- |  |  |  |
|  | Подвижные | ныи |  | Цели: учить вы- | при выполнении упражнении и участии в игре; прини- | ские упражне- |  |  |  |
|  | игры «Запре- |  |  | полнять игры раз- | мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- | ния; | **.** |  |  |
|  | щенное движе- |  |  | миночного харак- | вляют итоговый и пошаговый контроль. | - выполнять |  |  |  |
|  | ние» и «Два |  |  | тера; развивать | *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- | упражнение |  |  |  |
|  | Мороза» |  |  | скоростно-силовые качества, коорди- нацию движений | щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон- троль результата | по образцу учителя и по- казу лучших учеников |  |  |  |
| 11 | Объяснение по- | При- | 1 | Какие основные | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо- | Научатся: | Теку- |  |  |
|  | нятия «физиче- | мене- |  | физические каче- | бов решения задач. | - понимать зна- | щий |  |  |
|  | ские качества». | ние |  | ства необходимо | *Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четко | чение развития |  |  |  |
|  | Развитие вни- | знании, |  | развивать? | следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый кон- | физических ка- |  |  |  |
|  | мания, мышле- | умений |  | Цели: развивать | троль; адекватно воспринимают оценку учителя. | честв для укре- |  |  |  |
|  | ния, двигатель- |  |  | внимание, лов- | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение | пления здоро- |  |  |  |
|  | ных качеств |  |  | кость при выпол- | и позицию; договариваются и приходят к общему реше- | вья; |  |  |  |
|  | посредством |  |  | нении игровых | нию в совместной деятельности. | - соблюдать |  |  |  |
|  | подвижных игр |  |  | упражнений | *Личностные:* понимают значение знаний для человека | правила взаи- |  |  |  |
|  |  |  |  |  | и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию  школьника | модействия  с игроками |  | |  |
|  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 12 | Ознакомление | Ком- | **1** | Как подбирается | *Познавательные:* используют общие приемы решения | Научатся: | Теку- |  |
|  | с основными | бини- |  | ритм и темп бега | поставленных задач; оценивают свои достижения, соот- | - правильно | щий |  |
|  | | способами раз- | рован- |  | на различных дис- | носят изученные понятия с примерами. | распределять |  |  |
|  |  | вития выносли- | ныи |  | танциях? | *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии | силы при дли- |  |  |
|  | | вости. Развитие |  |  | Цели: учить само- | с поставленной задачей и условиями ее реализации. | тельном беге; |  |  |
|  | | двигательных |  |  | стоятельно подби- | *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- | - оценивать |  |  |
|  | | качеств в беге |  |  | рать собственный, | его действия. | величину на- |  |  |
|  | | на различные |  |  | наиболее эффек- | *Личностные:* проявляют положительные качества | грузки по час- |  |  |
|  | | дистанции |  |  | тивный ритм и темп бега | личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | тоте пульса |  |  |
|  | | Развитие скоро- | Про- | 1 | Как правильно | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируют | Научатся: | Кон- |  |
|  | 13 | стных качеств | верка |  | стартовать и фи- | и решают учебную задачу. | - выполнять | троль |  |
|  | в беге на раз- | и кор- |  | нишировать? | *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе | легкоатлетиче- | двига- |  |
|  | личные дистан- | рекция |  | Цели: учить пра- | с учителем; вносят изменения в план действия. | ские упражне- | тель- |  |
|  | ции. Контроль | знании |  | вильной технике | *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- | ния; | ных |  |
|  | двигательных | и уме- |  | бега; выполнять | ствия партнера; договариваются и приходят к общему | - соблюдать | качеств |  |
|  | качеств: бег | нии |  | разминочный бег | решению в совместной деятельности. | правила пове- | (бег |  |
|  | на 30 метров |  |  | в различном темпе | *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- | дения и преду- | на 30 м) |  |
|  | с высокого старта |  |  |  | трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | преждения |  |  |
|  |  |  |  |  |  | травматизма во время вы- полнения упражнений |  |  |
|  | **Гимнастика 24 ч** | | | | | | | | |
| 14(1) | | Правила безо- | Ком- | 1 | Как вести себя | *Познавательные:* используют общие приемы решения | Научатся: | Теку- |  |
|  | | пасного поведе- | бини- |  | на уроках с исполь- | поставленных задач. | - соблюдать | щий |  |
|  | | ния во время | рован- |  | зованием спортив- | *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу | правила безо- |  |  |
|  | | упражнении | ныи |  | ного инвентаря? | при выполнении упражнений и участии в игре; прини- | пасного пове- |  |  |
|  | | со спортивным |  |  | Цели: учить вы- | мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- | дения; |  |  |
|  | | инвентарем. |  |  | полнять общераз- | вляют итоговый и пошаговый контроль. | - соблюдать |  |  |
|  | | Развитие коор- динационных способностей в общеразвива- |  |  | вивающие упражнения в движении и на месте;  совместнм команда | *Коммуникативные:* договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- | правила взаи- модействия с игроками |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |  |
|  | ющих упражне- |  |  | действиям во вре- | любие и упорство в достижении поставленных целей; |  |  |  |  |
|  | ниях. Разучива- |  |  | мя игры | умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- |  |  |  |  |
|  | ние подвижной |  |  |  | ми и взрослыми |  |  |  |  |
|  | игры «Охотник |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | и зайцы» |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15(2) | Обучение пере- | Про- | 1 | Как выполнять пе- | ***Познавательные:*** самостоятельно ставят, формулируют | **Научатся:** | Кон- |  |  |
|  | строению в две | верка |  | рестроение в две | и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре- | - выполнять | троль |  |  |
|  | шеренги, в две | и кор- |  | шеренги, две ко- | зультат действия. | организующие | двига- |  |  |
|  | колонны. Кон- | рекция |  | лонны? | ***Регулятивные:*** формулируют учебные задачи вместе | строевые | тель- |  |  |
|  | троль двига- | знаний |  | **Цели:** учить вы- | с учителем; вносят изменения в план действия. | команды | ных |  |  |
|  | тельных ка- | и уме- |  | полнять упражне- | ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют дей- | и приемы; | качеств |  |  |
|  | честв: поднима- | ний |  | ния по команде | ствия партнера; договариваются и приходят к общему | - выполнять | (под- |  |  |
|  | ние туловища |  |  | учителя и доби- | решению в совместной деятельности. | упражнение, | нима- |  |  |
|  | за 30 секунд. |  |  | ваться правильного | ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- | добиваясь ко- | ние |  |  |
|  | Разучивание |  |  | выполнения; учить | любие и упорство в достижении поставленных целей; | нечного резуль- | туло- |  |  |
|  | подвижной иг- |  |  | поднимать туло- | умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- | тата | вища) |  |  |
|  | ры «Волна» |  |  | вище из положения лежа на скорость | ми и взрослыми |  |  |  |  |
| 16(3) | Совершенство- | Ком- | 1 | Развитие коорди- | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули- | **Научатся:** | Теку- |  |  |
|  | вание выполне- | бини- |  | нации. Как пра- | руют познавательные цели. | - выполнять | щий |  |  |
|  | ния упражнения | рован- |  | вильно выполнять | ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в дей- | упражнение |  |  |  |
|  | «вис на гимна- | ный |  | вис на гимнастиче- | ствие после его завершения на основе его оценки и учета | по образцу |  |  |  |
|  | стической стен- |  |  | ской стенке? | характера сделанных ошибок. | учителя и по- |  |  |  |
|  | ке на время». |  |  | **Цели:** развивать | ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют дей- | казу лучших |  |  |  |
|  | Развитие памя- |  |  | координационные | ствия партнера; договариваются и приходят к общему | учеников; |  |  |  |
|  | ти и внимания |  |  | способности, силу | решению в совместной деятельности. | - организовы- |  |  |  |
|  | в игре «Отга- |  |  | и ловкость при вы- | ***Личностные:*** ориентируются на понимание причин | вать и прово- |  |  |  |
|  | дай, чей голос» |  |  | полнении виса на время | успеха в учебной деятельности | дить подвиж- ные игры в по- мещении |  |  |  |
| 17(4) | Развитие коор- | Ком- | 1 | Корректировка | *Познавательные:* используют общие приемы решения | **Научатся:** | Теку- |  |  |
|  | динационных | бини- |  | техники выполне- | поставленных задач. | — соблюдать | щий |  |  |
|  | способностей | рован- |  | ния перекатов. | *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу | правила пове- |  |  |  |
|  | в упражнениях | **ный** | **Цели:** развивать | | при выполнении упражнений и участии в игре; прини- | дения **и** преду- |  | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | гимнастики с элементами акробатики. Со- вершенствова- ние техники выполнения пе- рекатов.  Подвижная игра «Передача мяча в тоннеле» |  |  | координационные способности, силу, ловкость при вы- полнении упраж- нений гимнастики и акробатики | мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | преждения травматизма во время вы- полнения уп- ражнений; - соблюдать правила взаи- модействия с игроками |  |  |
| 18(5) | Совершенство- вание техники кувырка вперед. Развитие коор- динационных, скоростно-сило- вых способно- стей в круговой тренировке | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как правильно вы- полнять задания круговой трени- ровки?  Цели: учить пра- вильно выполнять задания круговой тренировки для закрепления учеб- ного материала | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо- бов решения задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше- нию в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | Научатся:  - координиро- вать перемеще- ние рук при вы- полнении ку- вырка вперед;  - соблюдать правила преду- преждения травматизма во время заня- тий физически- ми упражнени- ями;  - регулировать физическую нагрузку | Теку- щий |  |
| 19(6) | Совершенство- вание техники упражнения «стойка на ло- патках». | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какие правила безопасного пове- дения необходимо знать и соблюдать при выполнении | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре- зультат действия.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. | Научатся:  - соблюдать правила преду- преждения травматизма | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Развитие ловко- сти и координа- ции в подвиж- ной игре «По- садка картофеля» |  |  | упражнений гим- настики? **Цели:** учить вы- полнять упражне- ния со страховкой | *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | во время заня- тий физически- ми упражне- ниями; - выполнять упражнение, до- биваясь конеч- ного результата |  |  |
| 20(7) | Развитие гибко- сти в упражне- нии «мост». Со- вершенствова- ние выполнения упражнений акробатики в различных сочетаниях | Ком- бини- рован- ный | 1 | Корректировка техники выполне- ния упражнения «мост».  **Цели:** развивать координационные способности, силу, ловкость в упраж- нениях поточной тренировки | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции сво- его действия.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры в по- мещении;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |
| 21(8) | Обучение ходь- бе по гимнасти- ческой скамей- ке различными способами. Контроль дви- гательных ка- честв: наклон вперед из поло- жения стоя | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Каковы правила выполнения на- клонов различны- ми способами? **Цели:** развивать координацию дви- жений, равновесие в ходьбе по ска- мейке; развивать гибкость в наклоне из положения стоя | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо- бов решения задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше- нию в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | **Научатся:**  - выполнять упражнения для развития ловко- сти и координа- ции | Кон- троль двига- тельных качеств (на- клоны из поло- жения стоя) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 22(9) | Развитие коор- динации дви- жений, ловко- сти, внимания в лазанье по на- клонной лест- нице, гимна- стической ска- мейке.  Игра на внима- ние «Запрещен- ное движение» | Изуче- ние нового мате- риала | I | Какие существуют упражнения для развития коорди- нации?  Цели: совершен- ствовать умения перемещаться по горизонтальной и наклонной ска- мейке; учить ха- рактеризовать фи- зические качества: силу, координацию | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый кон- троль; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон- троль результата | Научатся:  перемещаться по горизон- тальной и на- клонной по- верхности раз- личными спо- собами;  - соблюдать правила безо- пасного пове- дения во время занятий физи- ческими упраж- нениями | Теку- щий |  |
| 23(10) | Контроль дви- гательных ка- честв: подтяги- вания на низкой перекладине из виса лежа. Разучивание подвижной иг- ры «Конники- спортсмены» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Какие качества развиваются при подтягивании на перекладине? Цели: учить вы- полнять прямой хват при подтяги- вании; совершен- ствовать акробати- ческие упражне- ния - перекаты, «стойку на лопат- ках» | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре- зультат действия.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, контролиру- ют действие партнера.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | Научатся:  выполнять серию акроба- тических упраж- нений;  соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физически- ми упражне- ниями | Кон- троль двига- тель- ных качеств (подтя- гивание из виса лежа) |  |
| 24(11) | Развитие равно- весия в упраж- нениях «цапля», «ласточка». | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как выполнять упражнения в рав- новесии? Цели: учить выпол- | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж- нениями, подвижными и спортивными играми. | Научатся:  - выполнять упражнения в равновесии | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Разучивание игры «Прокати быстрее мяч» |  |  | нять игровые упражнения из подвижных игр разной функ- циональной на- правленности | *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- его действия.  ***Личностные:*** ориентируются на самоанализ и самокон- троль результата | на ограничен- ной опоре; - организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры |  |  |
| 25(12) | Обучение висам углом на пере- кладине и гим- настической стенке. Развитие вни- мания, памяти, координации движений в подвижной игре «Что изме- нилось?» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Висы углом на пе- рекладине и гимна- стической стенке. **Цели:** учить пра- вильному положе- нию при выполне- нии виса углом | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо- бов решения задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше- нию в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | **Научатся:**  - выполнять упражнения для укрепления мышц брюшно- го пресса;  - характеризо- вать роль и зна- чение уроков физической культуры для укрепления здо- ровья | Теку- щий |  |
| 26(13) | Объяснение значения физ- культминуток для укрепления здоровья, прин- ципов их по- строения. Со- вершенствова- ние кувырка вперед | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Правила составле- ния комплекса упражнений для физкультминутки. **Цели:** учить прин- ципам построения физкультминутки; развивать коорди- нацию движений при выполнении кувырков вперед | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - самостоятель- но составлять комплекс упражнений для физкульт- минуток;  - выполнять упражнение, добиваясь ко- нечного резуль- тата | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 27(14) | Развитие гибкости в глубоких выпадах, на- клонах вперед из положения стоя, сидя на полу, упраж- нениях «мост», «полушпагат». Развитие пры- гучести в эста- фете «Веревоч- ка под ногами» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как развивать гиб- кость тела? Цели: учить вы- полнять упражне- ния на растяжку мышц в разных положениях | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | Научатся:  - самостоятель- но подбирать упражнения для развития гибко- сти;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |
| 28(15) | Развитие коор- динации движе- ний, внимания, ориентировки в пространстве в строевых упражнениях. Обучение упражнениям с гимнастиче- скими палками. Разучивание упражнений эстафеты с гим- настическими палками | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Правила проведе- ния разминки с гимнастическими палками. Какие существуют стро- евые команды? Цели: учить вы- полнять упражне- ния по команде учителя и доби- ваться четкого и правильного выполнения | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми | Научатся:  правильно оценивать дис- танцию и ин- тервал в строю, ориентировать- ся в простран- стве;  соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |
| 29(16) | Объяснение значения пра- вил безопасно- сти в подвиж- | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какие действия в игре чаще всего приводят к трав- мам? | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четко следуют ей: осуществляют итоговый и пошаговый | Научатся:  - выполнять се- рию упражне- ний акробатики; | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | ных играх. Раз- витие координа- ции движений, ловкости, вни- мания в упраж- нениях акроба- тики |  |  | Цели: учить вы- полнять правила игры, контролиро- вать свои действия и наблюдать за действиями других игроков | контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше- нию в совместной деятельности.  *Личностные:* понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника | - соблюдать правила безо- пасного пове- дения в под- вижной игре |  |  |
| 30(17) | Объяснение значения зака- ливания для укрепления здоровья и спо- собов закалива- ния.  Обучение пра- вилам страховки | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Какие существуют способы закалива- ния?  **Цели:** учить вы- полнению правил страховки и помо- щи при выполне- нии упражнений | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  самостоятель- но подбирать методы и при- емы закалива- ния;  выполнять упражнения со страховкой партнера | Теку- щий |  |
| 31(18) | Развитие равно- весия и коорди- нации движе- ний в упражне- ниях полосы препятствий. Игра «Ноги на весу» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Организационные правила безопас- ной полосы пре- пятствий. **Цели:** развивать равновесие и коор- динацию в ходьбе по скамейке с пе- решагиванием предметов, по тон- кой линии, про- ползая и перелезая через препятствия | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис- пользуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются о распределении функ- ций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | **Научатся:**  выполнять упражнения на гимнастиче- ской скамейке;  соблюдать правила безо- пасного пове- дения в упраж- нениях полосы препятствий | Теку- щий  1 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 32(19) | Совершенство- вание прыжков со скакалкой. Игра «Удочка» | При- мене- ние  знаний, умений | 1 | Какие качества развивают прыжки со скакалкой? **Цели:** учить вы- полнять прыжки со скакалкой раз- личными спосо- бами | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж- нениями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.  ***Личностные:*** понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника | **Научатся:**  соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время выполнения прыжков со скакалкой | Теку- щий |  |
| 33(20) | Разучивание игровых дейст- вий эстафет с обручем, ска- калкой. Обуче- ние выполне- нию строевых команд в раз- личных ситуа- циях | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как правильно пе- редать и принять эстафету? **Цели:**учить выполнять бег и прыжки в эста- фете для закрепле- ния учебного материала | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо- бов решения задач.  *Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый кон- троль; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше- нию в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | **Научатся:**  технически правильно вы- полнять упраж- нения с обру- чем и скакал- кой;  соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физкульту- рой | Теку- щий |  |
| 34(21) | Развитие силы и ловкости в лазанье и перелезании по гимнастиче- ской стенке. | Ком-  бини-  рован-  ный | **1** | Как развивать вы- носливость и быстроту? **Цели:** закрепить навыки выполне- ния упражнений | ***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. | **Научатся:**  распределять свои силы во время лаза- нья и перелеза- ния по гимна- | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Разучивание комплекса упражнений для формирова- ния правильной осанки |  |  | на гимнастической стенке; контроли- ровать осанку | ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. ***Личностные:*** ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; правильно идентифици- руют себя с позицией школьника | стической стен- ке;  выполнять упражнения по профилакти- ке нарушения осанки |  |  |
| 35(22) | Совершенство- вание упражне- ний гимнасти- ки: «стойка на лопатках», «мост», «лодоч- ка», «рыбка». Развитие вы- носливости в упражнениях полосы препят- ствий | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как развивать вы- носливость при преодолении поло- сы препятствий? **Цели:** учить со- блюдать правила безопасного пове- дения в упражне- ниях полосы пре- пятствий | ***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- пределении функций и ролей в совместной деятельности. ***Личностные:*** понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника | **Научатся:**  самостоятель- но контролиро- вать качество выполнения упражнений гимнастики | Теку- щий |  |
| 36(23) | Совершенство- вание навыков перемещения по гимнастиче- ским стенкам, кувырки вперед. Подвижная игра «Ноги на весу» | При- мене- ние  знаний и уме- ний | 1 | Как безопасно перемещаться по гимнастиче- ским стенкам? **Цели:** развивать силу, ловкость, координацию в лазанье и переле- зании по гимна- стической стенке | ***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции сво- его действия.  ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | **Научатся:**  соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физкульту- рой | Теку- щий |  |
| 37(24) | Развитие силы, выносливости в лазанье по ка- нату. Совер- шенствование | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какие правила безопасности нуж- но соблюдать при выполнении лаза- нья по канату? | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо- бов решения задач.  *Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый кон- троль; адекватно воспринимают оценку учителя. | **Научатся:**  выполнять лазанье по ка- нату в три приема; | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
|  | упражнений с гимнастиче- скими палками. Разучивание игры «Веревоч- ка под ногами» |  |  | Цели: закреплять навык выполнения разминки с гимна- стическими пал- ками | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше- нию в совместной деятельности.  *Личностные:* пони.мают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника | соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физкульту- рой |  |  |
| **Спортивные игры с элементами баскет­бола 11ч** | | | | | | | | |
| 38(1) | Ознакомление с правилами безопасности в упражнениях с мячами. Разу- чивание обще- развивающих упражнений с мячами. Со- вершенствова- ние броска и ловли мяча. Подвижная игра «Вышибалы» | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Как развивать вы- носливость и бы- строту?  Цели: учить быст- рому движению при броске мяча; развивать двига- тельные качества, выносливость, бы- строту при прове- дении подвижных игр | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст- вия с мячом; используют общие приемы решения постав- ленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | Научатся:  выполнять броски и ловлю мяча разными способами;  организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры | Теку- щий |  |
| 39(2) | Обучение бро- скам и ловле мяча в паре. Подвижная игра «Мяч соседу» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как правильно ло- вить мяч после броска партнера? Цели: учить взаи- модействовать с партнером во время броска и правильной лов- ли мяча | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис- пользуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- пределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об- щие интересы | Научатся:  соблюдать правила взаи- модействия  с партнером;  организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 40(3) | Обучение раз- личным спосо- бам бросков мяча одной ру- кой.  Разучивание подвижной иг- ры «Мяч сред- нему» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какие бывают спо- собы бросков мяча одной рукой? Цели: учить бро- сать мяч одной ру- кой и попадать в цель | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст- вия с мячом; используют общие приемы решения постав- ленных задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- его действия.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон- троль результата | Научатся:  технически правильно выполнять бро- сок мяча;  соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |
| 41(4) | Обучение упраж- нениям с мячом у стены.  Подвижная игра «Охотники и утки» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Правила ловли от- скочившего от сте- ны мяча. Цели: учить пра- вильно ставить ру- ки при ловле мяча | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо- бов решения задач.  *Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше- нию в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  выполнять броски в стену и ловлю мяча на месте и в дви- жении | Теку- щий |  |
| 42(5) | Обучение тех- нике ведения мяча на месте, в движении по прямой, по дуге.  Подвижная игра «Мяч из круга» | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Как правильно вы- полнять ведение мяча?  Цели: учить вы- полнять ведение мяча на месте и в движении, кон- тролировать свое эмоциональное состояние во вре- мя игры | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  отбивать мяч от пола на мес- те и в движе- нии;  характеризо- вать роль и зна- чение занятий физкультурой для укрепления здоровья | Теку- щий |  |
| 43(6) | Совершенство- вание техники выполнения | Комби- ниро- ванный | 1 | Техника выполне- ния бросков мяча в кольцо. | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии | Научатся:  бросать мяч в цель с пра- | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | бросков мяча в кольцо спосо- бом «снизу». Подвижная игра «Мяч соседу» |  |  | Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «снизу» | с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис- пользуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- пределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | вильной поста- новкой рук; выполнять упражнение, добиваясь ко- нечного резуль- тата |  |  |
| 44(7) | Совершенство- вание техники выполнения бросков мяча в кольцо спосо- бом «сверху». Подвижная игра «Бросок мяча в колонне» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какие бывают спо- собы выполнения бросков мяча в кольцо? Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху» | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- его действия.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | Научатся:  выполнять броски мяча  в кольцо спосо- бом «сверху»;  организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры в по- мещении; -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |
| 45(8) | Обучение бас- кетбольным упражнениям с мячом в парах. Подвижная игра «Гонки мячей в колоннах» | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Как выполнять бросок мяча в кор- зину после ведения и остановки в два шага?  Цели: учить тех- нике выполнения бросков мяча в кольцо после ведения, после приема мяча от партнера | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют, где применяются дей- ствия с мячом.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- пределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:  выполнять броски мяча в кольцо раз- ными способа- ми;  взаимодейст- вовать со свер- стниками  по правилам в играх с мячом | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 46(9) | Обучение веде- нию мяча с пе- редвижением приставными шагами.  Подвижная игра «Антивышиба- лы» | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Каким боком удоб- нее передвигаться при ведении мяча правой рукой? Цели: развивать ловкость и коор- динацию при вы- полнении ведения мяча в движении | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис- пользуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- пределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  отбивать мяч от пола, пере- двигаясь при- ставным шагом;  выполнять остановку прыж- ком | Теку- щий |  |
| 47(10) | Совершенство- вание бросков набивного мяча из-за головы. Подвижная игра «Вышибалы маленькими мячами» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как выполнять бросок набивного мяча на дальность? Цели: правильно выполнять движе- ния руками при броске набивного мяча | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  бросать мяч в цель с пра- вильной поста- новкой рук | Теку- щий |  |
| 48(11) | Контроль дви- гательных ка- честв: бросок набивного мяча из-за головы. Подвижная игра «Вышибалы» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Как вести контроль за развитием дви- гательных качеств? Цели: учить пра- вильно выполнять бросок набивного мяча | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре- зультат действия.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются и при- ходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | Научатся:  технически правильно вы- полнять бросок набивного мяча;  взаимодейст- вовать со свер- стниками  по. правилам в играх с мячом | Кон- троль двига- тель- ных ка- честв (броски набив- ного мяча) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Лыжная подготовка (12)**  3  4  5  6  7  8  9 | | | | | | | | |
| 49(1) | Объяснение правил безопас- ного поведения на уроках лыж- ной подготовки. Разучивание игры «По мес- там» | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Какие команды следует знать при переносе и надева- нии лыж? Цели: учить вы- полнять команды с лыжами в руках, в переносе лыж, надевании лыж; выполнять движе- ние на лыжах | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - технически правильно выполнять дви- жение на лы- жах;  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма  во время занятий физкультурой | Теку- щий |  |
| 50(2) | Закрепление навыков ходьбы на лыжах раз- ными спосо- бами.  Игра «Пере- стрелка» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как правильно на- девать лыжи, про- верять крепления? Цели: совершен- ствовать технику ступающего и скользящего шага на лыжах без палок | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис- пользуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- пределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об- щие интересы | Научатся:  - технически правильно вы- полнять ходьбу и повороты на лыжах при- ставными ша- гами | Теку- щий |  |
| 51(3) | Развитие коор- динационных, скоростных и силовых спо- собностей во время про- хождения дис- танции на лыжах. | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как выполнять об- гон на дистанции? Цели: учить падению на бок на месте и в дви- жении под уклон | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис- пользуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- | Научатся:  - передвигать- ся на лыжах по дистанции;  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Обучение пово- ротам на месте переступанием вокруг носков и пяток |  |  |  | пределении функций и ролей в совместной деятельности. ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | травматизма во время заня- тий физкульту- рой |  |  |
| 52(4) | Совершенство- вание умения передвигаться скользящим ша- гом по дистан- ции до 1000 м. Разучивание игры «Охотни- ки и олени» | При- мене- ние  знаний и уме- ний | 1 | Как правильно но- сить лыжи? **Цели:** развивать выносливость, за- крепить умение распределять силы на дистанции | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули- руют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  — передвигаться свободным скользящим шагом;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |
| 53(5) | Обучение на лыжах подъ- ему различны- ми способами, спуску в основ- ной стойке и торможению палками | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Как правильно ра- ботать лыжными палками? **Цели:** развивать координационные способности при спуске на лыжах; учить выполнять на лыжах поворо- ты и шаги в сторо- ну приставными шагами | ***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис- пользуют установленные правила в контроле способа решения.  ***Коммуникативные:*** задают вопросы, обращаются за по- мощью; договариваются о распределении функций и ро- лей в совместной деятельности.  ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | **Научатся:**  - выполнять на лыжах подъ- ем всеми изу- ченными спо- собами | Теку- щий |  |
| 54(6) | Совершенство- вание навыка спуска на лы- жах в основной | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как правильно провести разминку перед прохожде- нием дистанции? | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули- руют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- | **Научатся:**  - технически правильно  выполнять | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | стойке и подъ- ема на неболь- шое возвыше- ние.  Подвижная игра «Кто дольше прокатится на лыжах» |  |  | Цели: развивать скоростно-силовые способности; кор- ректировать тех- нику продвижения на лыжах | мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника | спуск и подъем на лыжах; - организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры на улице |  |  |
| 55(7) | Освоение тех- ники лыжных ходов. Обуче- ние поперемен- ному двухшаж- ный ходу на лыжах без палок и с пал- ками | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Какой интервал необходимо со- блюдать при оче- редном старте на лыжах? Цели: развивать ловкость, силу, скорость при ходь- бе на лыжах | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по- мощью; договариваются о распределении функций и ро- лей в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | Научится:  - технически правильно выполнять лыжные ходы;  - держать ин- тервал при пе- редвижении на лыжах • | Теку- щий |  |
| 56(8) | Обучение пово- ротам пристав- ными шагами. Совершенство- вание спуска на лыжах в основной стойке и подъе- ма, торможения падением | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как избежать столкновений при спуске с горки? Цели: развивать координационные способности при спуске на лыжах | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по- мощью; договариваются о распределении функций и ро- лей в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | Научатся:  - выполнять повороты на лыжах изученными способами | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 57(9) | Совершенство- вание поворо- тов на месте переступанием вокруг носков и пяток на лы- жах. Обучение падению на бок на месте и в дви- жении под уклон. Игра «День и ночь» | Ком- бини- рован- ный | 1 | В каких случаях применяется тор- можение падением на лыжах? **Цели:** развивать координационные способности при ходьбе на лыжах | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника | **Научатся:**  - выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами | Теку- щий |  |
| 58(10) | Совершенство- вание умения передвижения скользящим ша- гом по дистан- ции до 1000 м. Подвижная игра «Охотники и олени» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как распределять силы при передви- жении на лыжах на больших дис- танциях? **Цели:** развивать выносливость в передвижениях на лыжах на боль- шое расстояние | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис- пользуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- пределении функций и ролей в совместной деятельности. ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - передвигаться на лыжах сво- бодным сколь- зящим шагом | Теку- щий |  |
| 59(11) | Совершенство- вание подъема на лыжах. Раз- витие выносли- вости в движе- нии на лыжах по дистанции до 1500 м | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какие бывают спо- собы подъема на склон? **Цели:** совершен- ствовать навык передвижения на лыжах на подъ- еме; развивать си- лу, выносливость, координацию дви- жений | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | **Научатся:**  - передвигать- ся на лыжах по дистанции с подъемами и спусками | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 60(12) | Развитие вни- мания, двига- тельных качеств посредством подвижных игр на лыжах и без лыж.  Разучивание подвижной иг- ры «На буксире» | При- мене- ние  знаний, умений | 1 | Как самостоятель- но выполнять дви- жение на лыжах? Цели: закрепить навыки лыжной подготовки | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - технически правильно выполнять ходьбу на лы- жах разными способами;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |
| **Спортивные игры с элементами волейбола 7 ч** | | | | | | | | |
| 61(1) | Обучение пере- даче мяча в па- рах.  Подвижная игра «Мяч из круга» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Правила безопас- ности на уроках в спортивном зале с мячами. Цели: учить вы- полнению бросков и ловле волейболь- ного мяча двумя руками над голо- вой | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - выполнять броски и ловлю волейбольного мяча двумя ру- ками над голо- вой | Теку- щий |  |
| 62(2) | Обучение бро- скам и ловле мяча через сетку.  Игра «Перекинь мяч» | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Какие бывают игры с мячом на площадке с сеткой? Цели: учить вы- полнять броски мяча через сетку и ловлю высоко летящего мяча | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - технически правильно вы- полнять броски мяча через сетку | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 63(3) | Обучение бро- скам мяча через сетку двумя ру- ками от груди, из-за головы, снизу.  Разучивание подвижной иг- ры «Выстрел в небо» | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Правила игры в пионербол. **Цели:** учить пра- вильно ставить руки при бросках и ловле мяча | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- пределении функций и ролей в совместной деятельности. ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - выполнять броски мяча через сетку двумя руками от груди, из-за головы, снизу | Теку- щий |  |
| 64(4) | Обучение пода- че двумя руками из-за головы. Игра в пионер- бол | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как перемещаться по площадке? **Цели:** учить пода- вать мяч через сетку; выполнять команды при пе- ремещении по пло- щадке | ***Познавательные:*** самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре- зультат действия.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- его действия; договариваются и приходят к общему ре- шению в совместной деятельности. ***Личностные:*** ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | **Научатся:**  - выполнять подачу мяча через сетку;  - перемещаться по площадке по команде «переход» | Теку- щий |  |
| 65(5) | Обучение пода- че мяча через сетку одной ру- кой.  Игра в пионер- бол | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как ведется счет в игре пионербол? **Цели:** учить пода- вать мяч через сет- ку одной рукой | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- пределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об- щие интересы | **Научатся:**  - выполнять броски мяча через сетку раз- личными спо- собами;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 66(6) | Ловля высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра в пионер- бол | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как добиться ко- мандной победы? Цели: учить иг- рать в команде | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - ловить высоко летящий мяч; - взаимодейство- вать в команде;  - оценивать  и контролиро- вать игровую ситуацию | Теку- щий |  |
| 67(7) | Совершенство- вание подачи, передачи бро- сков и ловли мяча через сетку.  Игра в пионер- бол | Ком- бини- рован- ный | 1 | Правила подачи и передачи мяча через сетку. Цели: учить иг- рать в пионербол в соответствии с правилами | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры с мя- чом;  — соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |
| Футбол 6 часов. | | | | | | | | |
| 68(1) | Обучение ве- дению мяча внутренней и внешней ча- стью подъема ноги по прямой линии | Изуче- ние но- вого мате- риала | 1 | Какие правила безопасности во время игры в футбол? Цели: учить веде- нию мяча ногами; навыкам безопас- ного обучения эле- ментам футбола | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться | Научатся:  - технически правильно вы- полнять ведение мяча ногами;  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физкульту- рой | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 69(2) | Обучение веде- нию мяча внут- ренней и внеш- ней частью подъема ноги по дуге с оста- новками по сиг- налу.  Подвижная игра «Гонка мячей» | Ком- бини- ро ван- ный | 1 | Как распределить роли игроков фут- больной команды? **Цели:** учить веде- нию мяча ногами различными спо- собами | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули- руют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - выполнять ведение мяча ногами по дуге различными способами;  — самостоятель- но распределять роли игроков  в команде | Теку- щий |  |
| 70(3) | Обучение веде- нию мяча внут- ренней и внеш- ней частью подъема ноги между стойка- ми с обводкой стоек.  Разучивание иг- ры «Слалом с мячом» | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Какие нарушения бывают при игре в футбол, приво- дящие к травмам? **Цели:** учить иг- рать в футбол в соответствии с правилами безо- пасности | ***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партне- ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- пределении функций и ролей в совместной деятельности. ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- ми и взрослыми | **Научатся:**  - организовы- вать и прово- дить игру  с элементами футбола;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |
| 71(4) | Обучение уме- нию останавли- вать катящийся мяч внутренней частью стопы. Разучивание игры «Фут- больный биль- ярд» | Изуче- ние нового мате- риала | 1 | Что такое пенальти и за что его назна- чают?  **Цели:** учить тех- нике ведения и остановки мяча; взаимодействовать с партнером в игре в футбол | ***Познавательные:*** самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре- зультат действия.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- его действия; договариваются и приходят к общему ре- шению в совместной деятельности. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | **Научатся:**  - играть в фут- бол в штрафной площадке по правилам безопасного поведения | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 72(5) | Обучение пере- даче и приему мяча ногами в паре на месте и в продвиже- нии. Разучива- ние игры «Бро- сок ногой» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какие обязанности у капитана коман- ды?  Цели: учить тех- нике передачи и приему мяча в паре | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - технически правильно вы- полнять эле- менты игры  в футбол;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий |  |
| 73(6) | Броски малого мяча в горизон- тальную цель. Игра в мини- футбол | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как рассчитать силу броска мяча? Цели: учить бро- скам малого мяча в горизонтальную цель | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре- зультат действия.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- его действия; договариваются и приходят к общему ре- шению в совместной деятельности. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:  - технически правильно вы- полнять бросок малого мяча в горизонталь- ную цель | Теку- щий |  |
| **Подвижные игры 15 часов.** | | | | | | | | |
| 74(1) | Контроль за развитием двигательных качеств: бросок малого мяча в горизонталь- ную цель. Игра «Быстрая подача» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Как контролиро- вать развитие дви- гательных качеств? Цели: учить вы- полнять броски мяча | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре- зультат действия.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- его действия; договариваются и приходят к общему ре- шению в совместной деятельности. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:  - метать мяч в цель с пра- вильной поста- новкой руки | Кон- троль двига- тель- ных качеств (броски малого мяча) |  |
| 75(2) | Развитие коор- динационных | Ком- бини- | 1 | Как совершенство- вать выполнение | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. | Научатся:  -технически | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | способностей в кувырках впе- ред и назад. Подвижная игра «Посадка кар- тофеля» | рован- ный |  | кувырка назад? Цели: развивать внимание, лов- кость, координа- цию при выполне- нии кувырков | *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- его действия; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | правильно вы- полнять раз- личные виды кувырков; - организовы- вать и прово- дить подвиж- ную игру |  |  |
| 76(3) | Развитие вни- мания, мышле- ния, двигатель- ных качеств посредством серии акробати- ческих упраж- нений. Игра «Ноги на весу» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Что общего при выполнении раз- личного вида сто- ек?  Цели: закрепить навык самостоя- тельного выполне- ния упражнений акробатики поточ- ным методом | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - технически правильно вы- полнять стойку на лопатках, на голове, на руках у опоры | Теку- щий |  |
| 77(4) | Развитие вни- мания, мышле- ния, координа- ционных спо- собностей в упражнениях с гимнастиче- скими палками. Развитие ловко- сти в игре-эста- фете с гимна- стическими палками | При- мене- ние  знаний, умений | 1 | Правила безопас- ного выполнения упражнений с гим- настическими пал- ками.  Цели: закрепить навык выполнения общеразвива- ющих упражне- ний в группе | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться | Научатся:  - выполнять общеразвива- ющие упражне- ния в группе различными способами;  - самостоятель- но вести под- счет общераз- вивающих упражнений | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 78(5) | Развитие коор- динационных способностей в упражнениях акробатики. Игра с мячами «Передал - са- дись» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как правильно вы- полнять стойку на руках у опоры и без нее? **Цели:**учить стой- ке на руках у сте- ны и со страховкой партнера | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  -технически правильно вы- полнять стойку на руках; - самостоятель- но проводить разминку в движении па- рами | Теку- щий |  |
| 79(6) | Совершенство- вание упражне- ний акробатики поточным ме- тодом. Развитие силы, ловкости в круговой тре- нировке. Игра «Ноги на весу» | При- мене- ние  знаний, умений | 1 | Акробатические упражнений в различных сочетаниях. **Цели:** развивать скоростные каче- ства, ловкость, внимание в акро- батических упраж- нениях и круговой тренировке | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются о распределении функ- ций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | **Научатся:**  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физкульту- рой | Теку- щий |  |
| 80(7) | Развитие коор- динационных способностей посредством выполнения упоров на ру- ках.  Игра «Пустое место» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какова этапность при обучении стойкам на голове и руках? **Цели:** развивать координацию в упорах на руках | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - выполнять упражнения для развития ловкости и ко- ординации | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 81(8) | Совершенство- вание прыжка в длину с места. Игра «Коньки- горбунки» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Индивидуальные показатели физи- ческого развития и двигательных качеств.  Цели: учить пра- вильно выполнять прыжок в длину с места | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис- пользуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по- мощью; договариваются о распределении функций и ро- лей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - выполнять легкоатлетиче- ские упражне- ния;  - технически правильно от- талкиваться  и приземляться | Теку- щий |  |
| 82(9) | Обучение упражнениям акробатики в заданной по- следовательно- сти. Развитие силовых ка- честв | Ком- бини- рован- ный | 1 | Способы развития силовых качеств. Цели: учить вы- полнять силовые упражнения с за- данной дозировкой нагрузки | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - выполнять упражнения для развития сило- вых качеств;  - соблюдать правила безо- пасного пове- дения в упраж- нениях акроба- тики | Теку- щий |  |
| 83(10) | Контроль за развитием двигательных качеств: подтя- гивание на низ- кой переклади- не из виса лежа. Подвижная игра «Коньки- горбунки» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Правила выполне- ния подтягивания из виса лежа. Цели: учить пра- вильно выполнять подтягивание ту- ловища из положе- ния лежа, сгибание и разгибание рук лежа | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - выполнять упражнение  по образцу учи- теля и показу лучших учени- ков;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Кон- троль двига- тель- ных качеств (подтя- гива- ние) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | 2 | 3 | **4** | **5** | 6 | **7** | 8 | 9 |
| 84(11) | Акробатические упражнения для развития равно- весия.  Подвижная игра «Охотники и утки» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Способы развития равновесия. Цели: учить упраж- нениям акробати- ки, направленным на развитие равно- весия | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - выполнять  акробатические  упражнения  различными  способами  • | Теку- щий |  |
| 85(12) | Развитие сило- вых качеств в упражнениях с гантелями. Подвижная игра «Заморозки» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какие качес гва развиваются при выполнении упраж- нений с гантелями? Цели: учить вы- полнять упражне- ния с гантелями различными спо- собами; коррекция свода стопы | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по- мощью; договариваются о распределении функций и ро- лей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - выполнять упражнения с гантелями различными способами | Теку- щий |  |
| 86(13) | Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из поло- жения стоя. Игра «Третий лишний» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Способы развития гибкости. Цели: учить вы- полнять наклон вперед из положе- ния стоя | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - выполнять упражнения для развития гибкости раз- личными спо- собами | Кон- троль двига- тель- ных качеств (наклон вперед из поло- жения стоя) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 87(14) | Контроль за развитием двигательных качеств: подъ- ем туловища из положения лежа на спине за 30 секунд. Игра «Правиль- ный номер с мячом» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Как стать вынос- ливым?  **Цели:** закрепить навык подъема ту- ловища из положе- ния лежа на спине | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - выполнять упражнение  по образцу учи- теля и показу лучших учени- ков;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Кон- троль двига- тель- ных качеств (подъ- ем ту- лови- ща) |  |
| 88(15) | Развитие коор- динационных качеств, гибко- сти, ловкости в акробатиче- ских упражне- ниях.  Разучивание игровых дейст- вий эстафет. Игра «Перетяж- ки» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как правильно пе- редать и принять эстафету? **Цели:** выполнять командные дейст- вия в эстафете для закрепления учеб- ного материала | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори- ентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ■используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по- мощью; договариваются о распределении функций и ро- лей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  — взаимодейст- вовать со свер- стниками  по правилам в эстафетах;  - соблюдать требования тех- ники безопас- ности при про- ведении эстафет | Теку- щий |  |
| **Легкая атлетика (14 ч)** | | | | | | | | |
| 89(1) | Развитие вы- носливости по- средством бега, прыжков, игр. Подвижная игра «День и ночь» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Каковы правила развития выносли- вости?  **Цели:** развивать выносливость в ходьбе, беге, прыжках, играх | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по- мощью; договариваются о распределении функций и ро- лей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся: рас- пределять свои силы во время продолжитель- ного бега; раз- вивать вынос- ливость различ- ными способа- ми и понимать значение этого качества для человека | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 90(2) | Обучение по- ложению низко- го старта. Развитие скоро- стных качеств в беге с ускоре- нием | Ком- бини- рован- ный | 1 | При каком виде бега применяется низкий старт? **Цели:**закрепить навык положения низкого старта; развивать скорост- ные качества | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - технически правильно вы- полнять поло- жение низкого старта и старто- вое ускорение | Теку- щий |  |
| 91(3) | Развитие силы (прыгучесть) в прыжках в длину с места и с разбега. Эстафета «Кто дальше прыг- нет?» | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как выполняется прыжок в длину с разбега? **Цели:** закрепить технику прыжка в длину с разбега | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - выполнять прыжок в длину с разбега, со- блюдая правила безопасного приземления | Теку- щий |  |
| 92(4) | Контроль за развитием двигательных качеств: пры- жок в длину с места.  Обучение прыж- кам через низ- кие барьеры | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Каковы правила выполнения прыж- ка в длину с места? **Цели:** развивать прыгучесть в прыж- ках в длину с мес- та, развивать лов- кость и коорди- нацию в беге с барьерами | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:** вы- полнять упраж- нения на разви- тие физических качеств (прыгу- чести, быстро- ты, ловкости); осуществлять прыжки через низкие барьеры во время бега | Кон- троль двига- тель- ных качеств (пры- жок в длину с места) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 93(5) | Развитие скоро- сти в беге на 30 м с низ- кого старта. Разучивание упражнений полосы препят- ствий | Ком- бини- рован- ный | 1 | Какова техника низкого старта? Цели: повторить бег на короткую дистанцию, разви- вать скоростные качества | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физически- ми упражне- ниями | Теку- щий |  |
| 94(6) | Правила безо- пасного поведе- ния на уроках физкультуры. Контроль за раз- витием двига- тельных ка- честв: бег на 30 м | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Каковы правила безопасности для сохранения своего здоровья? Цели: провести тестирование бега на 30 м, учить пра- вилам соблюдения техники безопас- ности во время за- нятий | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - выполнять правила безо- пасного пове- дения во время занятий физи- ческими упраж- нениями | Кон- троль двига- тель- ных качеств (бег на 30 м) |  |
| 95(7) | Совершенство- вание метания теннисного мя- ча на дальность. Разучивание игры «Точно в мишень» |  | 1 | Как технически правильно выпол- нить метание? Цели: учить пра- вильной постанов- ке рук и ног при метании мяча в цель, учить пра- вильной постанов- ке рук и ног при метании мяча на дальность | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться | Научатся:  - выполнять легкоатлетиче- ские упражне- ния - метание теннисного мяча с правиль- ной постанов- кой рук и ног | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 96(8) | Контроль за развитием двигательных качеств: мета- ние мешочка **на** дальность. Подвижная игра «За мячом про- тивника» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Каковы правила выполнения мета- ния?  **Цели:** учить быст- рому движению при броске малого мяча; развивать двигательные ка- чества, выносли- вость, быстроту при проведении подвижных игр | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. ***Личностные:*** проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | **Научатся:**  - организовы- вать места заня- тий подвижны- ми играми  и эстафетами;  - выполнять правила безо- пасного пове- дения во время игр и эстафет | Кон- троль двига- тель- ных качеств (мета- ние) |  |
| 97(9) | Контроль пульса.  Совершенство- вание строевых упражнений |  | 1 | Как проводится подсчет пульса? **Цели:** учить вы- полнять подсчет пульса на запястье, повторить органи- зующие строевые команды и приемы | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.  ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят **к** об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - выполнять подсчет пульса на запястье;  - выполнять размыкание в шеренге  на вытянутые руки и смыка- ние | Теку- щий |  |
| 98(10 | Контроль за развитием двигательных качеств: чел- ночный бег 3 х Юм. Игра в пионер- бол | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | 1 | Как совершенство- вать бросок и лов- лю мяча? **Цели:** закрепить навык выполнения бросков и пра- вильной ловли мяча | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - технически правильно вы- полнять бросок и ловлю мяча;  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физкульту- рой | Кон- троль двига- тель- ных качеств (чел- ночный бег) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 99(11 | Развитие вы- носливости в кроссовой подготовке. Совершенство- вание броска и ловли мяча. Игра в пионер- бол | При- мене- ние знаний и уме- ний | 1 | Как совершенство- вать бросок и лов- лю мяча? Цели: закрепить навык броска и правильной ловли мяча | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться | Научатся:  - технически правильно вы- полнять бросок и ловлю мяча при игре в пио- нербол;  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физкульту- рой | Теку- щий |  |
| 100(12 | Развитие вы- носливости и быстроты в упражнениях круговой тре- нировки. Игра «Вызов номеров» | При- мене- ние знаний и уме- ний | 1 | Как развивать вы- носливость и бы- строту?  Цели: учить быст- рому движению при выполнении заданий круговой тренировки | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- ствия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - распределять свои силы  во время про- должительного бега;  - выполнять упражнения  по профилакти- ке нарушений осанки | Теку- щий |  |
| 101(13 | Развитие вни- мания, ловко- сти, координа- ции движений в эстафетах с бегом, прыж- ками и мета- нием | При- мене- ние  знаний и уме- ний | 1 | Какие качества развиваются в эс- тафетах? Цели: учить вы- полнять команд- ные действия в эс- тафете для закреп- ления учебного  материала | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и \ частии в игре; прини- мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- вляют итоговый и пошаговый контроль. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- щему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. | Научатся:  - выполнять упражнения для развития ловко- сти и координа- ции движений в различных ситуациях | Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | |  |  |  |  | *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей |  |  |  |
| 102(14) | | Совершенство- вание игр «За мячом против- ника», «Выши- балы», пионер- бол | Ком- бини- рован- ный | 1 | Как использовать полученные навы- ки в процессе обу- чения?  **Цели:** закреплять умения и навыки правильного вы- полнения основ- ных видов движе- ний; осуществлять подвижные игры для развития дви- гательных качеств | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж- нениями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции сво- его действия.  ***Личностные:*** проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | **Научатся:**  - называть игры и формулиро- вать их правила;  - организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры  на воздухе и в помещении | Теку- щий |  |