|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание (разделы, темы)** | **Оборудова-ние** | | **УУД** | **Кол-во часов** | **Дата** | |
| **План.** | **Факт.** |
| **Легкая атлетика.** | | | | | **11** |  | |
| **Ходьба и бег.** | | | | | **5** |
| 1 | Ходьба с изменением длины и частоты шага. Инструктаж по технике безопасности. | | Инструкц. | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: рассказывать технику выполнения ходьбы. | 1 |  |  |
| 2 | Ходьба через несколько препятствий. Бег со скоростью (60м). | | секундомер | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности.  **Познавательные:** рассказывать технику выполнения ходьбы. | 1 |  |  |
| 3 | Развитие скоростных способностей. Игра «Белые медведи». | | секундомер | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения.  **Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные:** рассказывать и показывать правила подвижной игры «Белые медведи». | 1 |  |  |
| 4 | Бег с максимальной скоростью(60 м.) Игра «Команда быстроногих». | | секундомер | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего учения.  **Познавательные:** рассказывать и показывать правила подвижной игры «Команда быстроногих». | 1 |  |  |
| 5 | Бег на результат ( 30, 60 м.) Игра «Смена сторон». | | секундомер | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности.  **Познавательные:** рассказывать и показывать правила подвижной игры «Смена сторон». | 1 |  |  |
| **Прыжки.** | | | | | **3** |  | |
| 6 | Прыжок в длину с места и с разбега. Игра «Гуси-лебеди». | рулетка | | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: рассказывать правила подвижной игры «Гуси-лебеди». | 1 |  |  |
| 7 | Прыжок в длину с разбега и с места. Игра «Лиса и куры». | флажки | | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения.  **Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  **Познавательные:** рассказывать и показывать правила подвижной игры «Лиса и куры». | 1 |  |  |
| 8 | Прыжок в длину с разбега. Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». | рулетка | | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности.  **Познавательные:** правила проведения подвижной игры «Прыгающие воробушки». | 1 |  |  |
| **Метание.** | | | | | **3** |  | |
| 9 | Метание малого мяча с места на дальность. Игра «Попади в мяч». | мяч | | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего учения.  **Познавательные:** рассказывать технику выполнения метания на дальность. | 1 |  |  |
| 10 | Метание малого мяча в цель с 4-5м.Игра «Попади в мяч». | мяч | | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего учения.  **Познавательные:** правила проведения подвижной игры «Попади в мяч». | 1 |  |  |
| 11 | Метание малого мяча на заданное расстояние. Игра «Кто дальше бросит» | мяч | | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего учения.  **Познавательные:** играть в игру «Кто дальше бросит». | 1 |  |  |
| **Кроссовая подготовка.** | | | | | **14** |  | |
| **Бег по пересеченной местности.** | | | | | **14** |  | |
| 12 | Бег (4 мин.). Преодоление препятствий. | секундомер | | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: выполнять бег. | 1 |  |  |
| 13 | Чередование бега и ходьбы (70, 100).Игра «Салки на марше». | секундомер | | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** играть в игру «Салки на марше». | 1 |  |  |
| 14 | Бег (5 мин.). Чередование ходьбы и бега (80м., 90м.). Игра «Волк во рву». | секундомер | | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: выполнять бег. | 1 |  |  |
| 15 | Бег (5 мин.). Чередование ходьбы и бега (80м., 90м.). Игра «Волк во рву». | секундомер | | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: играть в игру «Волк во рву». | 1 |  |  |
| 16 | Бег(6 мин.) Преодоление препятствий. | секундомер | | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: выполнять бег. | 1 |  |  |
| 17 | Чередование ходьбы и бега (80м., 90м.) Игра «Два мороза». | секундомер | | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: играть в игру «Два мороза». | 1 |  |  |
| 18 | Бег (7 мин.) Преодоление препятствий. | секундомер | | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: выполнять бег. | 1 |  |  |
| 19 | Чередование ходьбы и бега (90м.,90м.) Игра «Рыбаки и рыбки». | секундомер | | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** играть в игру «Рыбаки и рыбки». | 1 |  |  |
| 20 | Бег (8мин). Чередование Ходьбы и бега (90м., 90м.). Игра «Перебежка с выручкой». | секундомер | | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: играть в игру «Перебежка с выручкой». | 1 |  |  |
| 21 | Бег (8 мин.) Преодоление препятствий. | секундомер | | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** выполнять бег. | 1 |  |  |
| 22 | Чередование ходьбы и бега (100м, 70м.) Игра «Перебежка с выручкой». | секундомер | | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: играть в игру «Перебежка с выручкой». | 1 |  |  |
| 23 | Развитие выносливости. Игра «Шишки, желуди, орехи». | секундомер | | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** играть в игру «Шишки, желуди, орехи». | 1 |  |  |
| 24 | Бег (9мин.) Чередование ходьбы и бега (100м, 70м.) | секундомер | | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: выполнять бег. | 1 |  |  |
| 25 | Кросс (1км.). Игра «Гуси-лебеди». | секундомер | | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** играть в игру «Гуси-лебеди». | 1 |  |  |
| **Гимнастика.** | | | | | **18** |  | |
| **Акробатика. Строевые упражнения.** | | | | | **6** |  | |
| 26 | Инструктаж по ТБ. Выполнение команд « Шире шаг!», « Чаще шаг!», «Реже!». | спортзал | | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.  **Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** выполнять команды. | 1 |  |  |
| 27 | Выполнение команд « На 1-2 рассчитайсь». Игра «Что изменилось?» | спортзал | | **Коммуникативные:** работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами.  **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего учения.  **Познавательные:** выполнять команды. | 1 |  |  |
| 28 | Перекаты и группировка с последующей опорой за головой. 2-3 кувырка вперёд. | мат | | **Коммуникативные:** работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами.  **Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** выполнять кувырки. | 1 |  |  |
| 29 | Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. Игра «Совушка». | мат | | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности.  **Познавательные:** играть в игру «Совушка». | 1 |  |  |
| 30 | Комбинация из разученных элементов. Стойка на лопатках. | мат | | **Коммуникативные:** работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами.  **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего учения.  **Познавательные:** выполнять кувырки и мостик. | 1 |  |  |
| 31 | Развитие координационных способностей. Игра «Западня». | мячи | | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности.  **Познавательные:** играть в игру «Западня». | 1 |  |  |
| **Висы. Строевые упражнения.** | | | | | **6** |  | |
| 32 | Построение в две шеренги. Вис стоя и лежа. Игра «Маскировка в колоннах». | спортзал | | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  **Регулятивные:** сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  **Познавательные:** играть в игру «Маскировка в колоннах». | 1 |  |  |
| 33 | Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. Вис стоя и лежа. | спортзал | | **Коммуникативные:** находить общее решение практической задачи, интегрироваться в группу сверстников и взаимодействовать с ними.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнять упражнения лежа. | 1 |  |  |
| 34 | Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. | гимнаст. скамейка | | **Коммуникативные:** работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами.  **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего учения.  **Познавательные:** выполнять подтягивание. | 1 |  |  |
| 35 | Развитие силовых способностей. Игра «Космонавты». | спортзал | | **Коммуникативные:** работать в группе,добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  **Регулятивные:** видеть указанную ошибку и исправлять ее, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  **Познавательные:** играть в игру «Космонавты». | 1 |  |  |
| 36 | Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. | гимнастич. скамейка | | **Коммуникативные:** находить общее решение практической задачи, интегрироваться в группу сверстников и взаимодействовать с ними.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнять разные варианты подтягивания. | 1 |  |  |
| 37 | Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Игра «Отгадай, чей голосок». | гимнастич. скамейка | | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности.  **Познавательные:** играть в игру «Отгадай, чей голосок». | 1 |  |  |
| **Опорный прыжок. Лазание.** | | | | | **6** |  | |
| 38 | Ходьба приставными шагами по бревну. Игра «Посадка картофеля». | | канат | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  **Познавательные:** играть в игру«Посадка картофеля». | 1 |  |  |
| 39 | Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». | | гимнастич. скамейка | **Коммуникативные:** с точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями.  **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** выполнять «змейку» | 1 |  |  |
| 40 | Развитие координационных способностей. Игра «Не ошибись!». | | гимнастич. скамейка | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  **Познавательные:** играть в игру«Не ошибись!». | 1 |  |  |
| 41 | Перелезание через гимнастического коня. Игра «Резиночка». | | гимнастич. конь | **Коммуникативные:** с точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями.  **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** выполнять упражнения на коне. | 1 |  |  |
| 42 | Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. | | гимнастич. скамейка | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  **Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** выполнять упражнения на скамейке. | 1 |  |  |
| 43 | Развитие координационных способностей. Игра «Аисты». | | спортзал | **Коммуникативные:** с точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями.  **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** уметь лазать по гимнастической скамейке, играть в игру«Аисты». | 1 |  |  |
| **Подвижные игры.** | | | | | **18** |  | |
| 44 | Игры «Заяц без логова», «Удочка». | | удочки  спортзал | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** рассказать правила проведения выбранных подвижных игр. | 1 |  |  |
| 45 | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | | спортзал | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** лазать по гимнастической стенке. | 1 |  |  |
| 46 | Игры «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки». | | спортзал | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.  **Познавательные:** рассказать правила проведения выбранных подвижных игр. | 1 |  |  |
| 47 | Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей. | | спортзал  мячи | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** проходить полосу препятствий.. | 1 |  |  |
| 48 | Игры «Наступление», «Метко в цель». Эстафеты с мячами. | | спортзал | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** рассказать правила проведения выбранных подвижных игр. | 1 |  |  |
| 49 | Игры «Кто дальше бросит», «Кто обгонит». | | спортзал | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.  **Познавательные:** проходить полосу препятствий.. | 1 |  |  |
| 50 | Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых способностей. | | спортзал  обруч | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.  **Познавательные:** рассказать правила проведения выбранных подвижных игр. | 1 |  |  |
| 51 | Игры «Вызов номера», «Защита укреплений». | | спортзал | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** играть в подвижные игры. | 1 |  |  |
| 52 | Эстафеты с гимнастическими палками. | | гимнаст. палка | **Коммуникативные:** с точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями.  **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** выполнять упражнения с гимнастическими палками. | 1 |  |  |
| 53 | Развитие скоростно-силовых способностей. | | спортзал | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.  **Познавательные:** проходить полосу препятствий.. | 1 |  |  |
| 54 | Игры «Кто дальше бросит», «Вол во рву». | | спортзал | **Коммуникативные:** с точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** играть в игры. | 1 |  |  |
| 55 | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | | скакалка, мячи | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** проходить полосу препятствий.. | 1 |  |  |
| 56 | Игры «Пустое место», «К своим флажкам». | | флажки  спортзал | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  **Познавательные:** играть в игры. | 1 |  |  |
| 57 | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | | спортзал | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.  **Познавательные:** проходить полосу препятствий.. | 1 |  |  |
| 58 | Игры «Кузнечики», «Попади в мяч». | | спортзал  мячи | **Коммуникативные:** с точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями.  **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** рассказать правила проведения выбранных подвижных игр. | 1 |  |  |
| 59 | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | | спортзал | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  **Познавательные:** проходить полосу препятствий.. | 1 |  |  |
| 60 | Игры «Паровозики», «Наступление». | | мяч, обруч | **Коммуникативные:** с точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями.  **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности и оценивать результат своей деятельности.  **Познавательные:** играть в выбранные игры. | 1 |  |  |
| 61 | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | | спортзал | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** проходить полосу препятствий.. | 1 |  |  |
| **Подвижные игры на основе баскетбола.** | | | | | **24** |  | |
| 62 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в парах. | 1 |  |  |
| 63 | Броски в цель (щит). Игра «Передал – садись». | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** с точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в парах. | 1 |  |  |
| 64 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, с точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями.  **Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами. | 1 |  |  |
| 65 | Броски в цель (щит). Игра «Мяч среднему». | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнять ведение мяча. | 1 |  |  |
| 66 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в кольцо, играть в игру «Попади в обруч». | 1 |  |  |
| 67 | Броски в цель. Игра «Борьба за мяч». | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнять ведение мяча. | 1 |  |  |
| 68 | Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в кольцо. | 1 |  |  |
| 69 | Бросок двумя руками от груди. Игра «Гонка мячей по кругу». | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в кольцо. | 1 |  |  |
| 70 | Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в кольцо. | 1 |  |  |
| 71 | Ловля и передача мяча на месте в квадратах. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнять ведение мяча. | 1 |  |  |
| 72 | Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  **Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в кольцо. | 1 |  |  |
| 73 | Броски двумя руками от груди. Игра «Обгони мяч». | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в кольцо, играть в игру «Обгони мяч». | 1 |  |  |
| 74 | Ловля и передача мяча | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнять ведение мяча. | 1 |  |  |
| 75 | Ведение мяча с изменением направления. Игра «Перестрелка». | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, с точность выражать свои мысли в соответствии с заданиями и условиями.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель  **Познавательные:** играть в подвижную игру «Перестрелка». | 1 |  |  |
| 76 | Ловля и передача мяча на месте в круге. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в кольцо. | 1 |  |  |
| 77 | Ведение мяча с изменением направления. Игра «Школа мяча». | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, с точность выражать свои мысли в соответствии с заданиями и условиями.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель  **Познавательные:** играть в подвижную игру «Школа мяча». | 1 |  |  |
| 78 | Ловля и передача мяча в треугольниках. Игра «Мяч ловцу». | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнять ведение мяча. | 1 |  |  |
| 79 | Ведение мяча с изменением направления. Игра «Мяч ловцу». | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в кольцо, играть в игру «Мяч ловцу». | 1 |  |  |
| 80 | Игра в мини-баскетбол. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнять ведение мяча. | 1 |  |  |
| 81 | Ловля и передача мяча в квадратах. Игра «Не дай мяч водящему». | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** выполнить броски и ловлю мяча в кольцо, играть в игру «Не дай мяч водящему». | 1 |  |  |
| 82 | Игра в мини-баскетбол. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, с точность выражать свои мысли в соответствии с заданиями и условиями.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель  **Познавательные:** выполнять ведение мяча. | 1 |  |  |
| 83 | Ведение мяча с изменением скорости. Игра «Мяч соседу». | | баскет. мяч | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнить броски и ловлю мяча в кольцо, играть в игру «Мяч соседу». | 1 |  |  |
| 84 | Ведение мяча с изменением скорости. Игра в мини-баскетбол. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнять ведение мяча. | 1 |  |  |
| 85 | Развитие координационных способностей. Игра в мини-баскетбол. | | баскет. мяч | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнить броски и ловлю мяча в кольцо. | 1 |  |  |
| **Кроссовая подготовка.** | | | | | **7** |  | |
| **Бег по пересеченной местности.** | | | | | **7** |  | |
| 86 | Бег (4мин.) Чередование ходьбы и бега (70м.,100м.) Игра «Салки на марше». | | секундомер | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: выполнять бег. | 1 |  |  |
| 87 | Бег (5мин.) Чередование ходьбы и бега(70м.,100м.) Игра «Салки на марше». | | секундомер | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: играть в игру «Салки на марше». | 1 |  |  |
| 88 | Бег (5мин.) Чередование ходьбы и бега(80м.,90м.) Игра «Волк во рву». | | секундомер | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: выполнять бег. | 1 |  |  |
| 89 | Бег (6мин.) Чередование ходьбы и бега(80м.,90м.) Игра «Волк во рву». | | секундомер | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** играть в игру «Волк во рву». | 1 |  |  |
| 90 | Бег (7мин). Чередование ходьбы и бега (80м, 90м). | | секундомер | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: выполнять бег. | 1 |  |  |
| 91 | Бег (8мин). Чередование ходьбы и бега (100м, 70м). Игра «Перебежка с выручкой». | | секундомер | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** играть в игру «Перебежка с выручкой». | 1 |  |  |
| 92 | Кросс (1км.). Игра «Гуси-лебеди». | | секундомер | **Коммуникативные:**  сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.  **Регулятивные**: формулировать познавательные цели.  **Познавательные**: играть в игру «Гуси-лебеди». | 1 |  |  |
| **Легкая атлетика.** | | | | | **10** |  | |
| **Ходьба и бег.** | | | | | **4** |  | |
| 93 | Ходьба через несколько препятствий. Игра «Белые медведи». | | секундомер | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** выполнение разновидностей ходьбы. | 1 |  |  |
| 94 | Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью (60 м.). | | секундомер | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** выполнение разновидностей бега. | 1 |  |  |
| 95 | Развитие скоростных способностей. Игра «Эстафета зверей». | | секундомер | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, умение сохранять цель.  **Познавательные:** Игра «Эстафета зверей». | 1 |  |  |
| 96 | Бег на результат (30, 60). Игра «Смена сторон». | | секундомер | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** Игра «Смена сторон». | 1 |  |  |
| **Прыжки.** | | | | | **3** |  | |
| 97 | Прыжок в длину с разбега. Многоскоки. | | секундомер | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** выполнять прыжки в длину с разбега. | 1 |  |  |
| 98 | Прыжок в длину с места. Игра «Гуси-лебеди». | | прыжковая яма | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** выполнять прыжки в длину с места. | 1 |  |  |
| 99 | Прыжок в высоту с разбега из зоны отталкивания. Игра «Прыгающие воробушки». | | прыжковая яма | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  **Познавательные:** выполнять прыжки в высоту с разбега. | 1 |  |  |
| **Метание мяча.** | | | | | **3** |  | |
| 100 | Метание малого мяча с места на дальность. Игра «Зайцы в огороде». | | мяч | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, с точность выражать свои мысли в соответствии с заданиями и условиями.  **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель  **Познавательные:** играть в подвижную игру «Зайцы в огороде». | 1 |  |  |
| 101 | Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». | | мячи, корзина | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, сохранять доброжелательные отношения друг к другу.  **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.  **Познавательные:** выполнять метание мяча. | 1 |  |  |
| 102 | Метание малого мяча с места на дальность. Игра «Дальние броски». | | мяч | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  **Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату.  **Познавательные:** выполнять метание мяча. | 1 |  |  |
|  | **Итого:** | |  |  | **102** |  |  |