**4 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| п/п | Тема урока | Типурока | Кол-вочасов | Решаемыепроблемы | Планируемые результаты | Видкон-троля | Дата |
| универсальные учебные действия | предметныезнания |
| 1 | 2 | 3 | 4 | Э | б | 7 | 8 | 9 |
| 1 | Ознакомлениес правилами по-ведения в спор-тивном залеи на спортивнойплощадке. Со-вершенствова-'ние построенийв шеренгу, ко-лонну, выпол-нение строевыхкоманд. Разучи-вание общераз-вивающихупражненийдля комплексаутренней гимна-стики.Подвижная игра«Салки» | Ввод-ный | 1 | Как вести себяв спортивном залеи на спортивнойплощадке?Цели: закрепитьнавыки постро-ений и перестро-ений; развиватькоординацию дви-жений в упражне-ниях утреннейгимнастики | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планировать свои действия в соответст-вии с поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют учебно-познавательный инте-рес к новому учебному материалу | Научатся:- соблюдатьправила безо-пасного пове-дения в спор-тивном залеи на спортив-ной площадке;- выполнятькоманды «Рав-няйсь!», «Смир-но!», «Вольно!»;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры | Теку-щий |  |
| 2 | Обучение рав-номерному бегупо дистанциидо 400 метров.Совершенство-вание высокогои низкого стар-та, стартовогоускорения. Ра-зучивание спе- | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Какой должнабыть спортивнаяформа для занятийна улице?Цели: учить бегув равномерномтемпе по дистан-ции до 400 м; за-крепить навык вы-полнения высокого | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели, используют общие приемырешения поставленных задач.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* понимают значение физического развития | Научатся:- равномернораспределятьсвои силы длязавершениядлительногобега;- техническиправильно вы-полнять высо- | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | циальных бего-вых упражне-ний. Игра«Подвижнаяцель» |  |  | и низкого старта,стартового ускоре-ния | для человека и принимают его; ориентируются на пони-мание причин успеха в учебной деятельности | кий и низкийстарт, стартовоеускорение |  |  |
| 3 | Совершенство-вание строевыхупражнений.Контроль дви-гательныхкачеств: бегна 30 м (ско-рость) | Ком-бини-рован-ный | 1 | Почему тестирова-ние проводится двараза в год?Цели: закрепитьнавык перестро-ения в шеренге;учить развиватьскорость в бегена 30 метров | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, в том числев ситуации столкновения интересов.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнятьорганизующиестроевыекомандыи приемы;- выполнятьлегкоатлетиче-ские упражне-ния (бег) | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(бегна 30метров) |  |
| 4 | Контроль дви-гательных ка-честв: прыжокв длину с места.Совершенство-вание техникибега.Подвижнаяигра «Охотни-ки и утки» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Каковы организа-ционные приемыпрыжков? Коррек-тировка техникибега.Цели: тестирова-ние прыжка в дли-ну с места, совер-шенствование тех-ники бега | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности, в том числе в ситуациистолкновения интересов.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:— техническиправильно дер-жать корпуси руки при бегев сочетаниис дыханием;- техническиправильно от-талкиватьсяи приземляться | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(пры-жокв длинус места) |  |
| 5 | Ознакомлениес историей раз-вития физиче-ской культурыв России в XVII-XIX вв. и ее | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как бегать на ко-роткую дистанциюс высокого и низ-кого старта?Цели: учить пра-вильной технике | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; оце- | Научатся:-характеризо-вать значениефизической под-готовки солдатв русской армии; | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | значением дляподготовкисолдат русскойармии. Обуче-ние бегу на 60 мс высокогои низкого старта.Игра-эстафета«За мЛом про-тивника» |  |  | бега с высокогои низкого старта | нивают правильность выполнения действия.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на доброжелательное об-щение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | - выполнятьлегкоатлети-ческие упраж-нения - бегна 60 м с высо-кого и низкогостарта |  |  |
| 6 | Совершенство-вание навыкаметания тен-нисного мячав игре-эстафете«За мячом про-тивника». Кон-троль двигатель-ных качеств: бегна 60 м с высо-кого старта | Ком-бини-рован-ный | 1 | Каковы организа-ционные приемывыполнения кон-трольных забеговна 60 метров?Цели: учить вы-полнять бег на 60 мс высокого старта;закрепить навыкметания малогомяча на дальность | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;используют речь для регуляции своего действия.*Личностные:* ориентируются на активное общениеи взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей | Научатся:- выполнятьупражнения дляразвития двига-тельных навы-ков;- техническиправильно вы-полнять забегина дистанцию60 м | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(бегна 60 м) |  |
| 7 | Совершенство-вание техникибега. Контрольдвигательныхкачеств: бегна 1000 метров | Ком-бини-рован-ный | 1 | Корректировкатехники бега.Цели: учить пра-вильной техникебега в медленномтемпе на дистан-ции 1000м | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, в том числев ситуации столкновения интересов.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности | Научатся:- выполнятьлегкоатлетиче-ские упражне-ния (бег в мед-ленном темпе);- равномернораспределятьсвои силы длязавершениядлительного *у*бега | Кон-трольдвига-тель-ных ка-честв(бег на1000 м) |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | б | 7 | 8 | 9 |
| 8 | Контроль дви-гательных ка-честв: метаниетеннисного мя-ча на дальность.Развитие двига-тельных качествпосредствомигры «Подвиж-ная цель» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие упражнениявключать в раз-минку перед мета-нием мяча?**Цели:** развиватькоординационныеспособности, гла-зомер и точностьпри выполненииупражнений с мя-чом | *Познавательные:* самостоятельно формулируют и ре-шают учебную задачу; контролируют процесс и резуль-тат действия.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;используют речь для регуляции своего действия.*Личностные:* ориентируются на активное общениеи взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей | **Научатся:**- выполнятьлегкоатлетиче-ские упражне-ния;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(мета-ние) |  |
| 9 | Объяснение по-нятия «физиче-ская подготовка»во взаимосвязис развитием сис-тем дыханияи кровообраще-ния.Совершенство-вание техникинизкого старта,стартовогоускорения, фи-ниширования.Игра-эстафета«Преодолейпрепятствие» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Общеразвивающиефизкультурныеупражнения.**Цели:** познако-мить с понятием«физическая под-готовка» и ее свя-зью с развитиемсистем дыханияи кровообращения,учить выполнятьигровые упражне-ния из подвижныхигр разной функ-циональной на-правленности | ***Познавательные:*** используют общие приемы решенияпоставленных задач; соотносят изученные понятия с при-мерами из реальной жизни.***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.**Коммуникативные:** формулируют вопросы; ориенти-руются на позицию партнера в общении и взаимодейст-вии.*Личностные:* ориентируются на активное общениеи взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей | **Научатся:**- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры-эста-феты;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками;- характеризо-вать значениефизическойподготовкив развитии сис-тем дыханияи кровообраще-ния | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | б | 7 | 8 | 9 |
| 10 | Совершенство-вание прыжкав длину с разбе-га способом«согнув ноги».Развитие скоро-стно-силовыхкачеств.Подвижная игра«Волк во рву» | Ком-бини-ро ван-ный | 1 | Как правильно вы-полнять основныедвижения в прыж-ках?**Цели:** учить вы-полнять прыжокв длину с разбегаспособом «согнувноги» | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:-организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры;- выполнятьупражнениепо образцуучителя и по-казу лучшихучеников | Теку-щий |  |
| 11 | Совершенство-вание прыжкав длину с раз-бега.Подвижная игра«Прыгающиеворобушки».Развитие вни-мания, мышле-ния, двигатель-ных качествпосредствомподвижных игр | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как приземлятьсяв прыжковую ямуна обе ноги?**Цели:** учить пра-вильной техникепрыжка в длинус разбега, разви-вать внимание,ловкость при вы-полнении игровыхупражнений | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности*Личностные:* ориентируются на принятие и освоениесоциальной роли обучающегося; раскрывают внутрен-нюю позицию школьника | **Научатся:**- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмав прыжкев длину с раз-бега;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 12 | Контроль дви-гательных ка-честв: прыжокв длину с разбе-га способом«согнув ноги».Развитие вни-мания, ловкости | Ком-бини-рован-ный | 1 | Каковы организа-ционные приемыпрыжков?**Цели:** учить пра-вильной техникепрыжка в длинус разбега способом«согнув ноги» | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия. | **Научатся:**- выполнятьлегкоатлетиче-ские упражне-ния (прыжки);- техническиправильно от-талкиваться | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(пры-жок |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | б | 7 | 8 | 9 |
|  | в игре «Пры-гающие воро-бушки» |  |  |  | *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | и приземлятьсяв прыжке в дли-ну с разбега | в длинус раз-бега) |  |
| 13 | Ознакомлениесо способамирегулированияфизической на-грузки.Развитие коор-динационныхкачеств в упраж-нениях эстафетс мячами | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как правильно ре-гулировать физи-ческую нагрузку?Цели: развиватькоординационныеспособности, гла-зомер и точностьпри выполненииэстафет с мячами | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, в том числев ситуации столкновения интересов.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности | Научатся:- выполнятьлегкоатлетиче-ские упражне-ния;- регулироватьфизическуюнагрузку по ско-рости и про-должительно-сти выполненияупражнений | Теку-щий |  |
| 14 | Контроль дви-гательных ка-честв: челноч-ночный бег3x10 м.Совершенство-вание прыжковчерез низкиебарьеры | Ком-бини-рован-ный | 1 | Каковы правилавыполнения чел-ночного бега3\*10м?Цел в: развиватьпрыгучесть и ко-ординацию в бегес низкими барье-рами | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают предложения и оцен-ку учителей, товарищей, родителей и других людей.*Коммуникативные:* допускают возможность существо-вания у людей различных точек зрения, в том числене совпадающих с их собственной, и ориентируютсяна позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- выполнятьлегкоатлетиче-ские упражне-ния;- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмав прыжкахчерез барьеры | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(чел-ночныйбег) |  |
| 15 | Обучение раз-бегу в прыжкахв высоту спосо-бом «перешаги-вание». Разви-тие скоростно- | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как определитьтолчковую ногуи с какой стороныразбегаться?Цели: учить разбе-гу в прыжках в вы- | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других лю-дей.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение | Научатся:- выполнятьразбег в прыж-ках в высотуспособом «пе-решагивание»; | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | силовых ка-честв мышц ног(прыгучесть) |  |  | соту способом «пе-решагивание» | и позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности, в том числе в ситуациистолкновения интересов.*Личностные;* раскрывают внутреннюю позицию школь-ника | - выполнятьорганизующиестроевыекоманды и при-емы |  |  |
| 16 | Обучениепрыжку в высо-ту способом«перешагива-ние». -Совершенство-вание разбегав прыжкахв высоту спосо-бом «перешаги- •вание» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какова этапностьобучения прыжкамв высоту способом«перешагивание»?Цели: учить вы-полнять легкоатле-тические упражне-ния - прыжкив высоту различ-ными способами | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, в том числев ситуации столкновения интересов.*Личностные;* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности | Научатся:- выполнятьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физически-ми упражне-ниями | Теку-щий |  |
| 17 | Совершенство-вание разбегаи прыжка в вы-соту способом«перешагива-ние».Подвижная игра«Удочка» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как безопасно при-. земляться в прыж-ках?Цели: учить безо-пасному призем-лению после вы-полнения прыжкав высоту способом«перешагивание > > | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают предложения и оцен-ку учителей, товарищей, родителей и других людей.*Коммуникативные:* допускают возможность существо-вания у людей различных точек зрения, в том числене совпадающих с их собственной, и ориентируютсяна позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- выполнятьлегкоатлетиче-ские упражне-ния - прыжкив высоту | Теку-щий |  |
| 18 | Разучиваниеигровых дейст-вий эстафет(броски, ловля,старт из различ- | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как правильно пе-редать и принятьэстафету?Цели: выполнятькомандные дейст- | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других лю-дей. | Научатся:- правильно пе-редавать эста-фету для разви-тия координации | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | ных положе-ний).Развитие коор-динационныхспособностейв эстафетах «Ве-селые старты» |  |  | вия в эстафете длязакрепления учеб-ного материала | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности, в том числе в ситуациистолкновения интересов.*Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь-ника | движенийв различныхситуациях |  |  |
| 19 | Ознакомлениес правиламибезопасного по-ведения в залес инвентареми на гимнасти-ческих снарядах.Развитие внима-ния, мышления,координациив общеразви-вающих упраж-нениях.Подвижная игра«Перестрелка» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопас-ности в зале с ин-вентарем и на гим-настических сна-рядах.Цели: учить вы-полнять общераз-вивающие упраж-нения с предмета-ми (гимнастиче-ские скамейкии стенка) | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируюти решают учебную задачу; контролируют процесс и ре-зультат действия.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, в том числев ситуации столкновения интересов.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности | Научатся:- творческиподходитьк выполнениюупражненийи добиватьсядостиженияконечного ре-зультата | Теку-щий |  |
| 20 | Повторениеправил безопас-ного выполне-ния физическихупражнений.Контроль дви-гательных ка-честв: подъемтуловища за 30секунд.Подвижная игра«Посадка кар-тофеля» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как избежатьтравм во время за-нятий физически-ми упражнениями?Цели: закрепитьумение подниматьтуловище из поло-жения лежа на бы-строту | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:.- соблюдатьправила преду-преждениятравматизмава время заня-тий физически-ми упражне-ниями;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(подъемтуло-вищаза 30секунд) |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **.2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** |
| 21 | Совершенство-вание упражне-ний акробатики:группировка,перекаты в груп-пировке, кувыр-ки, упор. Разви-тие скоростныхкачеств, ловко-сти, внимания' | При-мене-ниезна-ний,уме-ний | 1 | Развитие коорди-национных спо-собностей в упраж-нениях акробатики.**Цели:** закрепитьнавыки выполне-ния упражненийакробатики | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других лю-дей.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности, в том числе в ситуациистолкновения интересов.*Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь-ника | Научатся:- выполнятьупражнениядля развитияловкости и ко-ординации | Теку-щий |  |
| 22 | Совершенство-вание упражне-ний: стойкана лопатках,«мост», кувы-рок вперед,кувырок назад.Развитие коорди-нации в упраж-нениях акроба-тики и гимна-стики | При-мене-ниезна-ний,уме-ний | 1 | Каковы правилавыполнения упраж-нений акробатикии гимнастики?**Цели:** учить вы-полнять упражне-ния фронтальным,поточным и груп-повым методом | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают предложения и оцен-ку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:*** допускают возможность существо-вания у людей различных точек зрения, в том числене совпадающих с их собственной, и ориентируютсяна позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | **Научатся:**- выполнятьупражнениядля оценки ди-намики инди-видуальногоразвития основ-ных физическихкачеств | Теку-щий |  |
| 23 | Совершенство-вание прыжковсо скакалкой,выполнениеупражненийв равновесияхи упорах на низ-ком гимнасти-ческом бревне | При-мене-ниезна-ний,уме-ний | 1 | Какова зтапностьпри обучениипрыжкам со ска-калкой?**Цели:** закрепитьумение прыгатьи пробегать черездлинную враща-ющуюся скакалку;учить выполнять | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы.*Регулятивные:* используют установленные правилав контроле способа решения.*Коммуникативные:* договариваются о распределениифункций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* принимают образ «хорошего ученика»и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:- выполнятьсложные прыж-ки со скакалкойв различныхсочетаниях;- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждения | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** |
|  |  |  |  | упражнения в рав-новесиях и упорахна низком гимна-стическом бревне |  | травматизмаво время заня-тий физически-ми упражнени-ями |  |  |
| 24 | Обучение опор-ному прыжкучерез гимнасти-ческого козла.Игра «Попры-гунчики-воро-бушки» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Прыжки через гим-настического козларазличными спо-собами.Цели: учить прыж-кам через гимна-стического козла(с небольшогоразбега толчкомо гимнастическиймостик прыжокв упор, стоя на ко-ленях, затем пере-ход в упор присеви соскок вперед) | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмав прыжках че-рез гимнастиче-ского козла;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры | Теку-щий |  |
| 25 | Совершенство-вание прыжковчерез гимнасти-ческого козла.Развитие вни-мания, коорди-нации, двига-тельных качествв упражненияхполосы препят-ствий | Ком-бини-рован -ный | 1 | Правила передви-жения по полосепрепятствий с ис-пользованием гим-настических сна-рядов.Цели: учить безо-пасному преодоле-нию полосы пре-пятствий | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других лю-дей.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности, в том числе в ситуациистолкновения интересов.*Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь-ника | Научатся:- выполнятьупражнениядля развитияловкости и ко-ординации | Теку-щий |  |
| 26 | Ознакомлениесо способамирегулирования | Изуче-ниенового | 1 | Какими способамирегулируется фи-зическая нагрузка? | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнения | Научатся:- выполнятьброски и ловлю | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** |
|  | физической на-грузки по изме-нению величи-ны отягощения.Разучиваниеупражненийс набивнымимячами разноговеса(1 .кг, 2 кг) | мате-риала |  | **Цели:** развиватьсиловые качествапри выполненииупражненийс набивным мячом | действия; адекватно воспринимают предложения и оцен-ку учителей, товарищей, родителей и других людей.*Коммуникативные:* допускают возможность существо-вания у людей различных точек зрения, в том числене совпадающих с их собственной, и ориентируютсяна позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | набивного мячаиз разных ис-ходных поло-жений с пра-вильной поста-новкой рук |  |  |
| 27 | Контроль дви-гательных ка-честв: наклонвперед из поло-жения стоя.Совершенство-вание техникивыполненияупражненийакробатики ме-тодом круговойтренировки.Игра «Ниточкаи иголочка» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Что такое круговаятренировка?**Цели:** развиватьгибкость в упраж-нении наклон впе-ред из положениястоя | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.*Личностные:* принимают образ «хорошего ученика»и раскрывают внутреннюю позицию школьника | **Научатся:**- выполнятьупражненияакробатики ме-тодом круговойтренировки;-г организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(наклонвпередиз по-ложе-ниястоя) |  |
| 28 | Обучение пере-маху из висастоя присевтолчком двумяногами, согнувноги, в вис сза-ди согнувшисьна низкой пере-кладине.Игра «Ниточкаи иголочка» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Правила безопас-ного выполне-ния упражненийна гимнастическойперекладине.**Цели:** учить вы-полнять перемахиз виса стоя на низ-кой перекладине | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | **Научатся:**- техническиправильно вы-полнять пере-мах из виса стояна низкой пере-кладине;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками; | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  |  |  | - организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры |  |  |
| 29 | Обучениеупражнениямна перекладинев определеннойпоследователь-ности.Подвижная игра«Переменамест» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Какова этапностьпри обучении пе-ремахам на пере-кладине?**Цели:** учить вы-полнять сериюупражнений на пе-рекладине: из висастоя присев толч-ком двумя ногамиперемах, согнувноги, в вис сзадисогнувшись, опус-кание назад в висстоя и обратноедвижение черезвис сзади согнув-шись со сходомвперед на ноги | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других лю-дей.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности, в том числе в ситуациистолкновения интересов.*Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь-ника | Научатся:- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий упражне-ниями на пере-кладине | Теку-щий |  |
| 30 | Контроль дви-гательных ка-честв: подтяги-вания на низкойперекладинеиз виса лежа(девочки) и под-тягивания на пе-рекладине (маль-чики). Совер-шенствованиекувырков вперед. | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Организационныеприемы лазаньяпо гимнастическойстенке.Цели: учить лаза-нью по гимнасти-ческой стенке; за-крепить навык вы-полнения кувыркавперед | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают предложения и оцен-ку учителей, товарищей, родителей и других людей.*Коммуникативные:* допускают возможность существо-вания у людей различных точек зрения, в том числене совпадающих с их собственной, и ориентируютсяна позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- техническиправильно вы-полнять акроба-тические эле-менты (кувыр-ки);- соблюдатьправила безо-пасного пове-дения во времязанятий | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(подтя-гива-ние) |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Подвижная игра«Перемена мест» |  |  |  |  |  |  |  |
| 31 | Совершенство-вание разучен-ных элементовгимнастикив игре «Альпи-нисты». Разви-тие силовых -способностейпосредствомпарных упраж-нений акроба-тики у гимна-стическойстенки | Ком-бини-ро ван-ный | 1 | Упражнения акро-батики в парах.Цели: закрепитьнавык выполненияупражнений гим-настики | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы;ориентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.*Личностные:* принимают образ «хорошего ученика»и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:- выполнятьупражнениепо образцу учи-теля и показулучших учени-ков;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры в по-мещении | Теку-щий | *■-* |
| 32 | Совершенство-вание лазаньяпо канату в триприема.Развитие скоро-стно-силовыхспособностей(подъем туло-вища лежана спине).Подвижная игра«Кто быстрее» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как выполнять ла-занье по канату?Цели: учить лаза-нью по канатув три приема | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и само-контроль результата | Научатся: .- выполнятьупражнениядля развитияловкости и ско-ростно-силовыхкачеств | Теку-щий |  |
| 33 | Разучиваниекомплекса ОРУс гимнастиче-скими палками. | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопас-ности в упражне-ниях с гимнастиче-скими палками. | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. | Научатся:- организовы-вать и прово-дить подвиж- | Теку-щий |  |

***Продолжение табл.***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Развитие вни-мания, коорди-нации, двига-тельных качествв упражненияхполосы препят-ствий. Подвиж-ная игра «Салкис мячом» |  |  | **Цели:** развиватьвнимание и коор-динацию в упраж-нениях с гимна-стическимипалками | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности, в том числе в ситуациистолкновения интересов.*Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь-ника | ные игры в по-мещении;- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физкульту-рой |  |  |
| 34 | Совершенство-вание бросковтеннисного мя-ча в цель.Разучиваниеупражненийна коррекциюосанки.Игра «Чья ко-манда быстрееосалит игроков» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как развивать точ-ность броска?**Цели:** учить точ-ным броскам тен-нисного мяча | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают предложения и оцен-ку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:*** допускают возможность существо-вания у людей различных точек зрения, в том числене совпадающих с их собственной, и ориентируютсяна позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | **Научатся:**- точно бросатьмяч;- выполнятьупражненияпо профилакти-ке нарушенияосанки | Теку-щий |  |
| 35 | Ознакомлениес правиламибезопасностив упражненияхс мячами.Разучиваниекомплекса ОРУс баскетболь-ными мячами.Игра «Пере-дал - садись» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие действияна уроке могутпривести к трав-мам?**Цели:** учить быст-рому движениюпри передачеи ловле баскет-больного мяча;закрепить навыкведения мяча пра- | ***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы;ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.*Личностные:* принимают образ «хорошего ученика»и раскрывают внутреннюю позицию школьника | **Научатся:**- технически"правильно бро-сать и ловитьмяч при быст-ром движении;- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизма | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  | вой (левой) рукойв движении |  | во время заня-тий |  |  |
| 36 | Совершенство-ванне техникивыполнениябросков мячав кольцо спосо-бом «снизу»после ведения.Подвижная игра«Мяч соседу» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как выполнять бро-сок мяча в кольцоспособом «снизу»после ведения?Цели: закрепитьнавык бросков мя-ча в кольцо спосо-бом «снизу» послеведения | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- распределятьсвои силыво время мед-ленного разми-ночного бега;- правильновыполнятьброски мячав кольцо спосо-бом «снизу»после ведения | Теку-щий |  |
| 37 | Совершенство-вание бросковбаскетбольногомяча в кольцоспособом «свер-ху» после веде-ния.Подвижная игра«Бросок мячав колонне» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как выполнятьбросок мячав кольцо способом«сверху» послеведения?Цели: закрепитьнавык броска мячав кольцо способом«сверху» послеведения | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других лю-дей.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности, в том числе в ситуациистолкновения интересов.*Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь-ника | Научатся:- выполнятьброски мячав кольцо с пра-вильной поста-новкой рук | Теку-щий |  |
| 38 | Обучение ловлеи передаче мячав движении,в «треугольни-ке». Совершен-ствование бро-ска двумя рука-ми от груди. | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Развитие быстротыи выносливости.Цели: учить быст-рому движениюпри ловле и пере-даче баскетбольно-го мяча различны-ми способами | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| I | 2 | 3 | 4 | 5 | б | 7 | 8 | 9 |
|  | Подвижная игра«Мяч среднему» |  |  |  |  |  |  |  |
| 39 | Обучение веде-нию мяча в дви-жении с изме-нением направ-ления. Совер-шенствованиеброска мячав кольцо. Разви-тие координа-ционных спо-собностей в иг-ре в мини-бас-кетбол | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как правильно вес-ти и бросать мячв кольцо?**Цели:** развиватькоординационныеспособности, гла-зомер и точностьпри выполненииупражненийс мячом | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы;ориентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.***Личностные:*** принимают образ «хорошего ученика»и раскрывают внутреннюю позицию школьника | **Научатся:**- выполнятьдвижение с мя-чом с измене-нием направле-ния;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 40 | Ознакомлениес передвиже-ниями баскет-болиста в игре.Обучение пово-ротам на местес мячом в ру-ках. Игра в ми-ни-баскетбол | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как правильнодействовать в игрев баскетбол привладении мячом?**Цели:** учить пра-вильно выполнятьповороты на местес мячом в рукахпосле веденияи остановки в двашага | ***Познавательные:*** определяют, где применяются дейст-вия **с мячом;** самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.***Коммуникативные:*** используют речь для регуляциисвоего действия.***Личностные:*** ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | **Научатся:**- техническиправильно вы-полнять пово-роты на местес мячом в ру-ках;- взаимодейст-вовать с парт-нерами в игре | Теку-щий |  |
| 41 | Контроль за раз-витием двига-тельных качеств:подниманиетуловищаза 30 секунд.Игра в мини-баскетбол | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Развитие скорост-но-с иловых ка-честв в поднима-нии туловищаиз положения лежана спине на время.Цели: учить под-нимать туловищеиз положения | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других лю-дей.***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности, в том числе в ситуациистолкновения интересов. | **Научатся:**- выполнятьупражнениядля развитияскоростно-си-ловых качеств | Кон-трольдвига-тельныхкачеств(подни-маниетуло-вища |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  | лежа на спинеза 30 секунд | *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь-ника |  | за 30 с) |  |
| 42 | Совершенство-вание ведениямяча, остановкив два шага, по-воротов с мячомна месте, пере-дачи партнеру.Подвижная игра«Попади в коль-цо» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как действоватьв игре, владея мя-чом, при атаке со-перника?Цели:закрепитьнавык поворотовна месте с мячомв руках после ве-дения и остановкив два шага | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- техническиправильно вы-полнять веде-ние и броскимяча;- взаимодейст-вовать с парт-нерами в игре | Теку-щий |  |
| 43 | Совершенство-вание бросковмяча одной ру--кой различнымиспособами.Подвижная игра«Мяч средне-му». Игра в ми-ни-баскетбол | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Какие бывают спо-собы бросков мячаодной рукой?Цели: закреплятьнавык броска мячаодной рукой | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- выполнятьброски мячаодной рукойразными спосо-бами;- контролиро-вать силу, вы-соту и точностьброска | Теку-щий |  |
| 44 | Совершенство-вание передви-жения с веде-нием мячаприставнымишагами левыми правым боком.Игра в мини-баскетбол | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Каким боком пере-двигаться при ве-дении правой ру-кой, левой рукой?Цели: развиватькоординацию приведении мяча при-ставными шагамиправым и левымбоком | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- техническиправильновыполнять ве-дение мяча при-ставными ша-гами левыми правым боком;- взаимодейст-вовать с парт-нерами в игре | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 45 | Совершенство-вание веденияи броска мячав корзину. Раз-витие координа-ционных способ-ностей в эстафе-тах с ведениеммяча и броскомв корзину. Играв мини-баскетбол | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как выполняетсяостановка в двашага после веде-ния мяча?Цели: учить бро-сать мяч в корзи-ну после веденияи остановки в двашага | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- техническиправильно вы-полнять веде-ние мяча с по-следующейостановкойв два шагаи броскоммяча в корзину | Теку-щий |  |
| 46 | Совершенство-вание ведениямяча с измене-нием направле-ния. Развитиекоординацион-ных способно-стей в эстафетахс ведением мя-ча. Игра в мини-баскетбол | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как обводить про-тивника?Цели: учить вестибаскетбольный мячс изменением на-правления и об-водкой партнера | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- техническиправильновыполнять ве-дение мяча -с изменениемнаправления;- соблюдатьправила взаи-модействия.с игроками | Теку-щий |  |
| 47 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: броскинабивного мячаиз-за головы.Подвижная игра«Вышибалыдвумя мячами» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Какие упражненияразминки следуетвыполнять передброском набивно-го мяча?Цели: развиватьсилу в броскахнабивного мячаиз-за головы | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;ориентируются на позицию партнера в общении и взаи-модействии.*Личностные:* ориентируются на принятие и освоениесоциальной роли обучающегося, развитие мотивов учеб-ной деятельности и формирование личностного смыслаучения | Научатся:- самостоятель-но подбиратьподводящиеупражненияразминки передброском набив-ного мяча из-заголовы | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(бросокнабив-ногомяча) |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 48 | Совершенство-вание баскет-больных упраж-нений.Развитие коор-динационныхспособностейв эстафетахс ведениеми передачей мя-ча. Игра в мини-баскетбол | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как действоватьв игре командой?**Цели:** развиватьнавык выполнениябаскетбольныхупражненийв команде | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиям^ ее реализации.*Коммуникативные:* используют речьщля регуляциисвоего действия. f*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- выполнятьупражнения дляразвития ловко-сти и координа-ции;- соблюдатьправила взаи- \модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 49 | Ознакомлениес правиламибезопасногоповеденияна уроках лыж-ной подготовки.Совершенство-вание движенияна лыжах сту-пающим и сколь-зящим шагом | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Правила безопас-ного поведенияна уроках лыжнойподготовки.**Цели:** закрепитьнавык переносаи крепления лыж,выполнения дви-жения на лыжах | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | **Научатся:**- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий лыжнойподготовкой | Теку-щий |  |
| 50 | Совершенство-вание передви-жения на лыжахс палками сту-пающим и сколь-зящим шагом | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как подбиратьспортивную фор-му в соответствиис погодой?**Цели:** закрепитьнавык передвиже-ния на лыжахс палками ступа-ющим и скользя-щим шагом | *Познавательные:* самостоятельно формулируют про-блемы и находят способы их решения.*Регулятивные:* используют установленные правилав контроле способа решения.*Коммуникативные:* договариваются о распределениифункций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* ориентируются на доброжелательное об-щение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | **Научатся:**- техническиправильно вы-полнять движе-ние на лыжахс палкамиступающими скользящимшагом по дис-танции | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 51 | Совершенство-вание попере-менного двух-шажного ходана лыжах с пал-ками.Подвижная игра«Прокатись че-рез ворота» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как правильноподбирать лыжии палки в соответ-ствии с ростом?Цели: развиватьвыносливость по-переменным двух-шажным ходомна лыжах с пал-ками | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели; используют общие приемырешения поставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;ориентируются на позицию партнера в общении и взаи-модействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- подбиратьлыжи и палкипо росту;- техническиправильно вы-полнять попе-ременный двух-шажный ходна лыжах с пал-ками | Теку-щий |  |
| 52 | Совершенство-вание одновре-менного одно-шажного ходана лыжах с пал-ками.Подвижная игра«Подними пред-мет» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Какие упражненияразминки выпол-няются перед про-хождением дис-танции на лыжах?Цели: закрепитьнавык одновре-менного одношаж-ного хода на лы-жах с палками | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- самостоятель-но организовы-вать и прово-дить разминкуперед ходьбойна лыжах | Теку-щий |  |
| 53 | Обучение одно-временномубесшажномуходу под уклонс палками. Раз-витие выносли-вости в ходь-бе на лыжахпо дистанции1 км со среднейскоростью | Ком-бини-рован-ный | I | Как распределятьсилы при ходьбена лыжах на боль-шой дистанции?Цели: учить одно-временному бес-шажному ходу подуклон на лыжахс палками | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся: .- техническиправильно вы-полнять одно-временный бес-шажный ходна лыжах с пал-ками под уклон | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 54 | Совершенство-вание спускана лыжах в вы-сокой стойке,торможения«плугом». Обу-чение подъемуна лыжах спосо-бом «полуелоч-ка» ы «елочка» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как избежать па-дения при спускес горки на лыжах?**Цели:** развиватьвыносливость, ко-ординацию в дви-жении на лыжахразличными спо-собами | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнятьупражнениядля развитиякоординации(повороты,спуски и подъ-емы на лыжах) | Теку-щий |  |
| 55 | Совершенство-вание одновре-менного двух-шажного ходана лыжах с пал-ками. Развитиевыносливостив ходьбе на лы-жах по дистан-ции до 1500 м | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Какие действияи команды выпол-няются при обгонена лыжах?**Цели:** закрепитьнавык выполненияодновременногодвухшажногохода на лыжахс палками | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- выполнятьупражнения дляразвития вы-носливости припрохождениина лыжахбольших дис-танций | Теку-щий |  |
| 56 | Совершенство-вание чередова-ния шага и хо-да на лыжахво время про-хождения дис-танции | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как выполнять че-редование шагаи хода на лыжах?**Цели:** развиватьвыносливостьи координациюво время прохож-дения дистанциина лыжах | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- выявлять ха-рактерныеошибки в тех-нике выполне-ния лыжныхходов | Теку-щий |  |

 *Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 57 | Совершенство-вание техникиторможенияи поворотовна лыжах.Подвижная игра«Прокатись че-рез ворота» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | В каких случаяхприменяется тор-можение падени-ем?Цели: закрепитьнавык торможе-ния и поворотовна лыжах | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- техническиправильно вы-полнять пово-роты, спускии подъемына лыжах | Теку-щий |  |
| 58 | Совершенство-вание спускана лыжах с пал-ками со склонаспособом «змей-ка».Развитие вынос-ливости в ходь-бе на лыжахпо дистанции1000 м | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Развитие выносли-вости.Цели: учить вы-полнять спускна лыжах с палка-ми со склона спо-собом «змейка» | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии. "*Личностные:* ориентируются на доброжелательное об-щение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | Научатся:- выполнятьупражнениядля развитиявыносливостипри прохожде-нии трениро-вочных дистан-ций разучен-ными способа-ми передвиже-ния | Теку-щий |  |
| 59 | Обучение ходь-бе на лыжахпо дистанции1000 м на время | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Какой интервалсоблюдается приочередном стартена лыжах?Цели: учить про-хождению на лы-жах дистанции1000 м на время | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся: °- техническиправильно вы-полнять двига-тельные дейст-вия лыжнойподготовки,использоватьих в соревнова-тельной деятель-ности | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| I | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 60 | Разучиваниеигровых упраж-нений с бегомна лыжах и безлыж | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как самостоятель-но заниматьсяв свободное времяиграми и лыжнойподготовкой?Цели: учить орга-низовывать само-стоятельную дея-тельность зимойна улице | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- организовы-вать игровуюдеятельностьс учетом требо-ваний ее безо-пасности | Теку-щий |  |
| 61 | Ознакомлениес правиламибезопасностив спортивномзале с мячами.Совершенство-вание техникибросков и ловливолейбольногомяча разнымиспособамив парах | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопас-ного поведенияв спортивном залес мячами.Цели: закрепитьнавык броскаи ловли волейболь-ного мяча различ-ными способами | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- техническиправильно вы-полнять броскии ловлю волей-больного мяча | Теку-щий |  |
| 62 | Совершенство-вание бросковмяча через сет-ку различнымиспособами.Обучение ловлемяча с последу-ющими прыж-ками в два шагак сетке.Игра «Выстрелв небо» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильнои точно выполнятьброски мяча черезсетку?Цели: учить ло-вить мяч через сет-ку; развивать ко-ординационныеспособности привыполнении упраж-нений с мячом | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- выполнятьупражненияпо образцу учи-теля и показулучших учени-ков;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 63 | Совершенство-вание бросковмяча через сет-ку из зоны по-дачи двумя ру-ками.Игра в пионер-бол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Подача мяча.Цели: учить ло-вить мяч через сет-ку с подачи | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- соблюдатьправила преду-преждениятравматизмаво время заня-тий упражне-ниями с мячом | Теку-щий |  |
| 64 | Совершенство-вание подачимяча через сет-ку броском од-ной рукойиз зоны подачи.Игра в пионер-бол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильнои точно выполнятьподачу мяча черезсетку броском од-ной рукой из зоныподачи?Цели: учить ло-вить мяч с подачи | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- техническиправильновыполнятьподачу мячачерез сеткуброском однойрукой из зоныподачи | Теку-щий |  |
| 65 | Обучение по-ложению руки ног при при-еме и передачемяча сверхуи снизу.Игра в пионер-бол | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как правильно вы-полнять стойкуволейболиста?Цели: учить дви-гательным дейст-виям во времяигры в волейбол | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на доброжелательноеобщение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | Научатся:- выполнятьупражнениес мячом по об-разцу учителяи показу луч-ших учеников;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 66 | Обучение упраж-нениям с мячомв парах:- верхняя пере-дача мяча с соб- | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Развитие коорди-национных спо-собностей.Цели: учить бро-сать и ловить мяч | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя. | Научатся:- выполнятьигровые упраж-нения с элемен-тами волейбола | Теку-щий |  |

*Продолжение таол.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | ственным под-брасыванием;- прием сверхуи передача мячапосле набрасы-вания партне-ром |  |  | в паре различнымиспособами | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей |  |  |  |
| 67 | Обучение упраж-нениям с мячомв парах:- нижняя пере-дача мяча с соб-ственным под-брасыванием;- прием снизуи передача мячапосле набрасы-вания партне-ром | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Упражнения с мя-чом в паре.Цели: развиватькоординационныеспособности, гла-зомер и точностьпри выполненииупражненийс мячом | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- выполнятьупражнениядля развитияловкости и ко-ординации | Теку-щий |  |
| 68 | Совершенство-вание «стойкиволейболиста».Игра в пионер-бол | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Развитие ловкостии координации.Цели: закрепитьположение руки ног при приемеи передаче мячасверху и снизусетки | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры с мя-чом;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 69 | Обучениеупражнениямс мячом в парах: | Изуче-ниенового | 1 | Как точно выпол-нять подачу и пе-редачу мяча? | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре-шают учебную задачу. | Научатся:- техническиправильно вы- | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | - нижняя пря-мая подачана расстоянии5-6 метровот партнера;- прием и пере-дача мяча послеподачи партне-ром | мате-риала |  | Цели: учить ниж-ней прямой пода-че, приему и пере-даче мяча послеподачи партнером | *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | полнять подачуи передачу мячачерез сетку |  |  |
| 70 | Обучениеупражнениямс мячом в па-рах:- верхняя пере-дача мяча с соб-ственным под-брасыванием;- прием сверхуи передача мячапосле набрасы-вания партне-ром | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Упражнения с эле-ментами волейболав паре.Цели: развиватькоординационныеспособности, гла-зомер и точностьпри выполненииупражненийс мячом | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на доброжелательноеобщение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | Научатся:- выполнятьупражненияс элементамиволейбола;- соблюдатьправила преду-преждениятравматизмаво время заня-тий упражне-ниями с мячом | Теку-щий |  |
| 71 | Развитие коор-динационныхспособностей,внимания, лов-кости в упраж-нениях с эле-ментами волей-бола | При-мене-ниезнанийи уме-ний | I | Развитие коорди-национных спо-собностей.Цели: закрепитьнавык выполненияупражнений с эле-ментами волейболав паре | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- техническиправильно вы-полнять подачуи передачу мячачерез сетку раз-личными спо-собами | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | *1* | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 72 | Совершенство-вание упражне-ний с элемента-ми волейболав парах | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Правила выполне-ния бросков и лов-ли волейбольногомяча.Цели: развиватькоординационныеспособности, гла-зомер и точностьпри выполненииупражненийс мячом | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели; используют общие приемырешения поставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;ориентируются на позицию партнера в общении и взаи-модействии.*Личностные:* ориентируются на активное общениеи взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей | Научатся:- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий упражне-ниями | Теку-щий |  |
| 73 | Развитие вни-мания, мышле-ния, двигатель^ных качеств по-средством во-лейбольныхупражнений.Игра в пионер-бол с элемента-ми волейбола | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Правила и условияпроведения игрыв волейбол.Целя: учить при-менять освоенныенавыки упражне-ний с элементамиволейбола в игро-вой деятельности | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнятьупражненияс элементамиволейболаво время игрыв пионербол | Теку-щий |  |
| 74 | Совершенство-вание упражне-ний с элемента-ми волейболаиндивидуально,в парах, груп-пах.Игра в пионер-бол с элемента-ми волейбола | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Развитие коорди-национных спо-собностей.Целя: закрепитьнавык двигатель-ных действий,со-ставляющих со-держание игрыв волейбол | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры с мя-чом;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 75 | Совершенство-вание упражне-ний с элемента-ми волейболаи применениеих в пионерболе | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопас-ного поведенияв подвижныхи спортивных иг-рах.Цели: закрепитьнавык двигатель-ных действий, со-ставляющих со-держание игрыв волейбол | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели; используют общие приемырешения поставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;ориентируются на позицию партнера в общении и взаи-модействии.*Личностные:* ориентируются на активное общениеи взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей | Научатся:- применятьэлементы во-лейбола в игрев пионербол;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 76 | Разучивание об-щеразвивающихупражненийс гимнастиче-скими палкамии упражненийна гимнастиче-ской стенке.Подвижная игра«Салки с домом» | Ком-бини-ро ван-ный | 1 | Правила безопас-ности в упражне-ниях гимнастики.Цепи: учить упраж-нениям на гимна-стической стенке | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на доброжелательное об-щение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | Научатся:- творческиподходитьк выполнениюупражненийи добиватьсядостижения ко-нечного резуль-тата | Теку-щий |  |
| 77 | Развитие коор-динационныхспособностейв упражненияхакробатики.Подвижная игра«Заморозки» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Правила безопас-ного выполненияупражнений акро-батики.Цели: закрепитьнавык выполнениякувырков впереди назад, стойкина лопатках, голо-ве, руках у опоры | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели; используют общие приемырешения поставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;ориентируются на позицию партнера в общении и взаи-модействии.*Личностные:* ориентируются на активное общениеи взаимодействие со сверстниками; проявляют дисципли- | Научатся:- техническиправильно вы-полнять упраж-нения акроба-тики;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  |  | нированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей |  |  |  |
| 78 | Обучение упраж-нения» на гим-настическомбревне высотой80-100 см(на носках, при-ставным шагом,выпадами).Подвижная игра«Заморозки» | При-мене-ниеЗнанийи уме-ний | 1 | Развитие равнове-сия.Цели: учить вы-полнять упражне-ния на гимнасти-ческом бревне раз-личными спосо-бами | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на доброжелательное об-щение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | Научатся:- выполнятьупражненияна гимнастиче-ском бревне,- контролиро-вать осанку привыполненииупражнений | Теку-щий |  |
| 79 | Совершенство-вание упражне-ний на гимна-стическомбревне.Подвижная игра«Ноги на весу» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Развитие равнове-сия.Цели: закрепитьнавык упражненийна гимнастическомбревне высотой80-100 см (присе-дания, переходыв упор присев,в упор стоя на ко-ленях) | *Познавательные:* Ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнятьупражнениядля развитияравновесияна гимнастиче-ском бревне | Теку-щий |  |
| 80 | Контроль за раз-витием двига-тельных качеств:прыжок в длинус места.Совершенство-вание лазаньяпо канату в триприема. | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Развитие силовыхкачеств.Цели: закрепитьумение лазатьпо канату в триприема | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели; используют общие приемырешения поставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;ориентируются на позицию партнера в общении и взаи-модействии.*Личностные:* ориентируются на активное общение | Научатся:- характеризо-вать роль и зна-чение уроковфизическойкультуры дляукрепления си-ловых качеств | Кон-трольдвига-тельныхкачеств(пры-жокв длинус места) |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | б | 7 | 8 | 9 |
|  | Подвижная игра«Мышеловка» |  |  |  | и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей |  |  |  |
| 81 | Совершенство-вание ходьбыпо гимнастиче-скому бревнувысотой 80-100 см (с пово-ротами на нос-ках, на однойноге, поворотыпрыжком).Подвижная игра«Мышеловка» | Приме-нениезнанийи уме-ний | 1 | Развитие равнове-сия.**Цели:** закрепитьнавыки ходьбыпо гимнастическо-му бревну в раз-личных сочетанияхбез потери равно-весия | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на доброжелательное об-щение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | Научатся:- выполнятьупражнениядля развитияравновесия;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 82 | Обучение опор-ному прыжкучерез гимнасти-ческого козла.Подвижная игра«Охотникии утки» | Комби-ниро-ван-ный | 1 | Развитие силы.**Цели:** учить пры-гать через гимна-стического козла(с небольшогоразбега толчкомо гимнастическиймостик прыжокв упор, стоя на ко-ленях, переходв упор присеви соскок вперед) | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на доброжелательное об-щение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | **Научатся:,**- техническиправильно вы-полнять опор-ный прыжокчерез гимна-стическогокозла | Теку-щий |  |
| 83 | Совершенство-вание перемахана низкой пере-кладине.Развитие коор- | Приме-нениезнанийи уме-ний | 1 | Развитие коорди-национных спо-собностей.Цели: закрепитьнавык перемаха | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели; используют общие приемырешения поставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя. | **Научатся:**- выполнятьупражнениепо образцу учи-теля и показу | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | динации в стой-ке на рукахс опорой о стену.Подвижная игра«Вышибалы» |  |  | на низкой перекла-дине из виса стояприсев толчкомдвумя ногами, со-гнув ноги, в виссзади согнувшись | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;ориентируются на позицию партнера в общении и взаи-модействии.*Личностные:* ориентируются на активное общениеи взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей | лучших учени-ков;- удерживатьстойку на рукахв течение дли-тельного вре-мени |  |  |
| 84 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: подтя-гивания на низ-кой перекладинеиз виса лежа(девочки), под-тягивания на пе-рекладине (маль-чики).Подвижная игра«Вышибалы» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Развитие силыв подтягиваниина перекладине.Цели: развиватьвнимание, лов-кость при выпол-нении игровыхупражненийс мячом | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели; используют общие приемырешения поставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;ориентируются на позицию партнера в общении и взаи-модействии.*Личностные:* ориентируются на активное общениеи взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей | Научатся:- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(подтя-гива-ние) |  |
| 85 | Обучениеупражнениямна перекладинев связке.Развитие коор-динации, ловко-сти, вниманияв серии кувыр-ков вперед.Подвижная игра«Метко в цель» | Ком-бини-рован-ный | I | Как выполнять се-рию кувырков впе-ред?Цели: учить вы-полнять связкуупражнений на пе-рекладине: из висастоя присев толч-ком двумя ногамипере мах, согнувноги, в вис сзадисогнувшись, опус-кание назад в вис | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- техническиправильно вы-полнять упраж-нения на пере-кладине;- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физически- | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| I | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  | стоя и обратноедвижение черезвис сзади согнув-шись со сходомвперед на ноги |  | ми упражне-ниями |  |  |
| 86 | Совершенство-ванне дыхатель-ных упражне-ний по методикеА. Стрельнико-вой; развитиекоординации,ловкости, вни-мания в упраж-нениях акроба-тики | Ком-бини-рован-ный | 1 | Роль физкультур-ной деятельностиоздоровительнойнаправленности.**Цепи:** учить вы-полнять упражне-ния акробатикив связке: «ласточ-ка», упор в широ-кой стойке ногиврозь, перекатомвперед, лечь, мост,«стойка на лопат-ках», перекатомвперед, упор при-сев, встать | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия оздоровительной на-правленности.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;используют речь для регуляции своего действия.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- характеризо-вать физиче-скую культурукак средствоукрепленияздоровья, физи-ческого разви-тия и физиче-ской подготов-ки человека | Теку-щий |  |
| 87 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: наклонвперед из поло-жения стоя.Совершенство-вание дыха-тельных упраж-нений по мето-дике А. Стрель-никовой.Подвижная игра«Третий лиш-ний» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Развитие гибкости.**Цели:** учить вы-полнять комплексупражнений по про-филактике заболе-ваний дыхательнойсистемы посредст-вом упражненийпо методикеА. Стрельниковой | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия оздоровительной на-правленности.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;используют речь для регуляции своего действия.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | **Научатся:**- выполнятьупражнениядля развитиягибкости;- организовы-вать и прово-дить занятияфизической\*культуройс профилакти-ческой направ-ленностью | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(наклонвпередиз по-ложе-ниястоя) |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *\* | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 88 | Обучение гим-настике дляглаз.Совершенство-вание упражне-ний акробатикина развитие гиб-кости («мост»,«лодочка», «рыб-ка», шпагат). ,Подвижная игра«Удочка» | Изуче-ние но-вогомате-риала | 1 | Развитие гибкостив упражнениях ак-робатики.Цели: учить вы-полнять упражне-ния для коррекциизрения | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия оздоровительной на-правленности.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;используют речь для регуляции своего действия.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- организовы-вать и прово-дить занятияфизическойкультуройс профилакти-ческой направ-ленностью | Теку-щий |  |
| 89 | Совершенство-вание упражне-ний гимнастикидля глаз. Кон-троль за разви-тием двигатель-ных качеств:броски набив-ного мяча из-заголовы.Развитие вни-мания, мышле-ния, координа-ции посредст-вом упражне-ний акробатикив комбинации | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Развитие координа-ционных способно-стей в упражненияхакробатики.Цели: учить вы-полнять комбина-цию упражненийакробатики (кувы-рок вперед, кувы-рок назад, прыжоквверх с поворотомна 180°, упор при-сев, прыжком упорлежа, лечь на жи-вот, «рыбка», «кор-зинка», встать) | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия оздоровительной на-правленности.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;используют речь для регуляции своего действия.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- выполнятьупражнениягимнастики дляглаз;- выполнятьупражнениепо образцу учи-теля и показулучших учени-ков | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(бросокнабив-ногомяча) |  |
| 90 | Развитие ловко-сти и координа-ции в упражне-ниях акробатики. | При-мене-ниезнаний | 1 | Акробатическиеэлементы.Цели: выполнятькомандные дейст- | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя. | Научатся:- выполнятьупражнениягимнастики | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Разучиваниеигровых дейст-вий эстафетс преодолениемпрепятствийи элементамиакробатики | и уме-ний |  | вия в эстафете длязакрепления учеб-ного материала | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на доброжелательноеобщение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | и акробатики,применять ихв игровой и со-ревновательнойдеятельности |  |  |
| 91 | Обучение спе-циальным бего-вым упражне-ниям. Совер-шенствованиебеговых упраж-нений с ускоре-нием с высоко-го старта.Подвижная игра«Невод» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопас-ного поведенияна спортивной пло-щадке.Цели: закрепитьнавыки упражне-ний легкой атлети-ки на развитиебыстроты и коор-динации | *Познавательные:* самостоятельно формулируют про-блемы и находят способы их решения; соотносят изучен-ные понятия с примерами из реальной жизни.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются о распределении функцийи ролей в совместной деятельности.*Личностные:* ориентируются на активное общениеи взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей | Научатся:- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физически-ми упражне-ниями | Теку-щий |  |
| 92 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: чел-ночный бег3x10 метров.Ознакомлениесо способамизакаливанияорганизма (воз-душные и сол-нечные ванны, | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Как контролиро-вать развитие дви-гательных качеств?Цели: развиватьдвигательные ка-чества, выносли-вость, быстротуво время выполне-ния челночногобега | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на доброжелательноеобщение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | Научатся:- характеризо-вать способызакаливанияорганизма;- техническиправильновыполнять чел-ночный бег | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(чел-ночныйбег) |  |

*Продоллсение табя.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | купание в есте-ственных водо-емах).Игра «Ловишка,поймай ленту» |  |  |  |  |  |  |  |
| 93 | Ознакомлениес доврачебнойпомощью прилегких ушибах,царапинахи ссадинах, по-тертостях. Кон-троль за разви-тием двигатель-ных качеств:бег на 30 м | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Низкий старт,стартовое ускоре-ние, финиширова-ние.**Цели:** развиватьдвигательные ка-чества, выносли-вость, быстротув беге на короткиедистанции | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия оздоровительной на-правленности.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;используют речь для регуляции своего действия.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | **Научатся:**- оказыватьдоврачебнуюпомощь прилегких ушибах,царапинахи ссадинах,потертостях | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(бегна 30 м) |  |
| 94 | Обучение бро-скам и ловлетеннисного мя-ча на дальность,в максимальномтемпе, из раз-ных исходныхположенийв парах.Игра «Подвиж-ная цель» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как развивать лов-кость и быстроту?**Цели:** закрепитьнавык броска ма-лого мяча различ-ными способами | *Познавательные:* самостоятельно формулируют про-блемы и находят способы их решения.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются о распределении функцийи ролей в совместной деятельности.*Личностные:* ориентируются на активное общениеи взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленных целей | **Научатся:**- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры |  |  |
| 95 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: мета- | Про-веркаи кор-рекция | 1 | Как совершенство-вать метание и лов-лю теннисногомяча? | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя. | **Научатся:**- метать тен-нисный мячна дальность | Кон-трольдвига-тельных |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | ние теннисногомяча на даль-ность.Подвижная игра«Охотникии утки» | знанийи уме-ний |  | Цели: закрепитьнавык метаниятеннисного мячана дальность | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на доброжелательное об-щение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | с правильнойпостановкойруки | качеств(мета-ние тен-нисногомячана даль-ность) |  |
| 96 | Развитие силыв метании на-бивных мячей(1-2 кг) однойрукой и двумяруками из раз-ных исходныхположенийи различнымиспособами в па-рах и в кругу.Игра в мини-футбол | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Развитие силовыхкачеств.Цели: закрепитьнавык метания на-бивных мячей раз-личными спосо-бами | *Познавательные:* самостоятельно формулируют про-блемы и находят способы их решения.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются о распределении функцийи ролей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- контролиро-вать нагрузкув процессе вы-полнения учеб-ных заданий | Теку-щий |  |
| 97 | Обучениепрыжкам в вы-соту на местес касанием ру-кой подвешен-ных ориенти-ров. Совершен-ствование прыж-ков в длинус разбега спосо-бом «согнувноги».Игра в мини-футбол | Ком-бнни-ро ван-ный | 1 | Организационныеприемы прыжков.Цели: выполнятьлегкоатлетическиеупражнения -прыжки в высотуи в длину с разбега | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в обще-нии и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на доброжелательное об-щение и взаимодействие со сверстниками; проявляютдисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставленных целей | Научатся:- техническиправильно вы-полнять двига-тельные дейст-вия легкой ат-летики | Теку-щий |  |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 98 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: пры-жок в длинус разбега спосо-бом «согнувноги».Равномерныйшестиминутныйбег.Игра в мини-футбол | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Как развивать вы-носливость примедленном беге?Цели: учить бегув равномерномтемпе в течение6 минут | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- равномернораспределятьсвои силы длязавершенияшестиминутно-го бега;- оценивать ве-личину нагруз-ки по частотепульса | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(пры-жокв длинус раз-бега) |  |
| 99 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: бегна 60 м | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Как работать надраспределениемсил на дистанции?Цели: учить бегув равномерномтемпе и с ускоре-нием | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают предложения и оцен-ку учителей, товарищей, родителей и других людей.*Коммуникативные:* допускают возможность существо-вания у людей различных точек зрения, в том числене совпадающих с их собственной, и ориентируютсяна позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:-равномернораспределятьсвои силыво время бегас ускорением;- оцениватьвеличину на-грузки по час-тоте пульса | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(бегна 60 м) |  |
| 100 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: бегна 1000 м | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Как работать надраспределениемсил на дистанции?Цели: учить бегув равномерномтемпе длительноевремя | *Познавательные:* самостоятельно формулируют про-блемы; ориентируются в разнообразии способов решениязадач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения. | Научатся:- равномернораспределятьсвои силы длязавершения бега;- оценивать ве-личину нагруз- | Кон-трольдвига-тельныхкачеств(бег на1000 м) |  |

*Окончание табл.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | s | 9 |
|  |  |  |  |  | *Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.*Личностные:* принимают образ «хорошего ученика»и раскрывают внутреннюю позицию школьника | ки по частотепульса |  |  |
| 101 | Разучиваниеупражненийэстафет «Весе-лые старты» | Ком-бини-рован-ный | I | Как использоватьполученные навы-ки в процессе обу-чения?Цели: закреплятьумения и навыкиправильного вы-полнения основ-ных видов движе-ний | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляциисвоего действия.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:- подбиратьэстафеты и фор-мулировать ихправила;- организовы-вать и прово-дить «Веселыестарты»;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 102-105 | Совершенство-вание подвиж-ных и спортив-ных игр по вы-бору | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как использоватьполученные навы-ки в процессе обу-чения?Цели: закреплятьумения и навыкиправильного вы-полнения основ-ных видов движе-ний; осуществлятьподвижные игрыдля развития дви-гательных качеств | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адек-ватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- называть игрыи формулиро-вать их прави-ла;организовыватьи проводитьподвижные иг-ры в помеще-нии;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |