|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема урока** | **Виды деятельности обучающихся** | **Планируемые результаты** | **Дата проведения** |
| **Освоение предметных знаний** | **Учебные действия** | **План**  | **Факт** |
| 1. | Понятие о физической культуре. Правила по технике безопасности на уроках физической культуры. | Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия  физическими упражнениями, подвижными  и спортивными играми.Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. **У**чить слушать и выполнять команды. | **Научится**: выполнять действия по образцу, построение в шеренгу, колонну; соблюдать правила поведения в спортивном зале; выполнять простейший комплекс УГ | Личностные: мотивационная основа на занятия лёгкой атлетикой;-учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики.Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);- планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту;- комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;*-* учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;**-**оценивать правильность выполнения двигательных действий.Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без.**Коммуникативные:** - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. |  |  |
| 2. | Виды ходьбы с различным положением рук под счет. Правила по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики. | Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с различным положением рук под счет коротким, средним и длинным шагом.  Игра «Быстро по своим местам». Правила по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики. | **Научится**: различным видам ходьбы. Выполнять движения под счет. Правилам игры. Соблюдать правила технике безопасности на уроках легкой атлетике. |  |  |  |
| 3. | Сочетание различных видов ходьбы. Подвижная игра.  | Моделировать сочетание различных видов ходьбы. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы. | **Научится**: менять вид ходьбы в различных условиях. |  |  |
| 4. | Развитие скоростных качеств. Бег с чередованием с ходьбой.  | ОРУ. Обычный бег, бег с изменение направления движения. Бег в чередовании с ходьбой. Игра «Кошки - мышки». Игра «Вызов».  | **Научится:** Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние. |  |  |
| 5. | Развитие скоростно-силовых качеств. Бег с преодолением препятствий.  | ОРУ.Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения  физических упражнений. Игра «С кочки на кочку». ОРУ. Игра «Два Мороза».  | **Научится**: общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  |  |  |
| 6 | Развитие скоростно-силовых качеств. Бег по размеченным участкам дорожки.  | ОРУ. Осваивать высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики. Игра «У ребят порядок строгий».  | **Научится**: работать по сигналу учителя. Правильно дышать при нагрузках.  |  |  |
| 7 | Челночный бег. Развитие выносливости. Понятие скорость бега. | ОРУ. Знакомство с челночным бегом. Освоение правил выполнения.Проявлять качества выносливости при выполнении челночного бега**.** Игра «Ястреб и утка». | **Научится**: выполнять технически правильно челночный бег; держать корпус и руки в медленном беге. |  |  |
| 8 | Совершенствование навыков бега. Медленный бег до 3 мин.  | ОРУ. Подвижная игра «Кто быстрее встанет в круг?». Развитие выносливости, умения распределять силы.  Умение чередовать бег с ходьбой.Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики. | **Научится:** общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Правильно распределять свои силы по дистанции. |  |  |
| 9 | Режим дня и личная гигиена. Подвижные игры во время прогулок. | Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. Составлять индивидуальный режим дня. Соблюдать личную гигиену. Правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Игра «Шишки-желуди-орехи». | **Научится**: правилам личной гигиены, определять вид одежды необходимый для занятий. Правилам организации и проведения игр. | Личностные: мотивационная основа на занятия лёгкой атлетикой;-учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики.Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);- планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту;- комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;*-* учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;**-**оценивать правильность выполнения двигательных действий.Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без.**Коммуникативные:** - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений.Личностные: мотивационная основа на занятия лёгкой атлетикой;-учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики.Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);- планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту;- комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;*-* учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;**-**оценивать правильность выполнения двигательных действий.Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без.**Коммуникативные:** - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. |  |  |
| 10 | Развитие скоростно-силовых качеств. Броски большого мяча ТБ.  | ОРУ. Знакомство с броском большого мяча из-за головы двумя руками. Освоение правил выполнения.Игра «Воробьи и вороны». | **Научится**: правилам выполнения двигательного действия. |  |  |
| 11 | Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафеты. Бег с ускорением. | ОРУ. Развитие выносливости, умения распределять силы.  Умение чередовать бег с ходьбой.Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики. Игра «Быстро в круг». | **Научится**: общаться и взаимодействовать в игровой деятельности, распределять силы, выполнять упражнения на дыхания. |  |  |
| 12 | Совершенствование навыков бега. Медленный бег до 3 мин.  | ОРУ. Развитие выносливости, умения распределять силы.  Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики. Подвижная игра «Невод». | **Научится**: чередовать бег с ходьбой, выполнять упражнения на дыхания. |  |  |
| 13 | Развитие координации.Эстафеты с мячами. | ОРУ. Продемонстри-ровать полученные навыки. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности Игра «Бросай поймай». | **Научится**: общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. |  |  |
| 14 | Развитие прыжковых качеств.  | ОРУ. Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две. Игра « Мышелов­ка». Эстафеты. Продемонстрировать полученные навыки в течение первой четверти.  | **Научится**: правильно отталкиваться и приземляться при выполнении прыжков. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности |  |  |
| 15 | Игры на закрепление и совершенствование навыков бега Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности. Разучивание игры «К своим флажкам». | **Научится**: правилам технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. |  |  |
| 16 | Игры на закрепление и совершенствование развития скоростных способностей  | Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Разучивание игры «Пятнашки». | **Научится**: общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  |  |  |
| 17 | Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках  | Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами. Разучивание игры «Прыгающие воробушки». | **Научится**: правилам организации и проведения игр. |  |  |
| 18 19 | Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность  | Игра «Кто дальше бросит», «Метко в цель».Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Игра «Точный расчет». | **Научится**: правилам технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр.Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  |  |  |
| 20 | Упражнения на развитие внимания.  | Подвижная игра «Охотники и утки».Моделировать игровые ситуации. | **Научится**: быстро реагировать в изменяющихся условиях. |  |  |
| 21 | Упражнения на ловкость и координацию.  | Подвижная игра «Удочка».Подвижная игра «Круговая охота».Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. | **Научится**: регулировать эмоции в процессе игровой деятельности |  |  |
| 22 | Ведение и  передача баскетбольного мяча. | Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности. Подвижная игра «Круговая охота». | **Научится**: правилам организации и проведения игр |  |  |
| 23 | Подвижные игры с баскетбольным мячом. | Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Подвижная игра «Передал — садись». | **Научится**: общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  |  |  |
| 24 | Подвижные игры с волейбольным мячом.  | Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами. Подвижная игра «Передал — садись». | **Научится**:быстро реагировать в изменяющихся условиях. |  |  |
| 25 | Подвижные игры с волейбольным мячом.  | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности. Подвижная игра «Не давай мяча водящему». | **Научится**: регулировать эмоции в процессе игровой деятельности |  |  |
| 26 | Развитие ловкости, координации. Внимание, на старт. | Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Игра «Капитаны» | **Научится**: общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  |  |  |
| 27 | Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека.  | Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.Игра «Не давай мяча водящему».  | **Научится**: познавательной активности в получении знаний о природе  (медико-биологических основ деятельности), знаний о человеке (психолого-педагогических основах деятельности), знаний об обществе (историко-социологические основы деятельности). |  |  |
| 28 | Возникновение первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр.  | Слушать и пересказывать тексты по истории физической культуры. Приводить примеры.Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. Подвижная игра «Горелки». | **Научится**: пересказывать тексты по истории физической культуры.Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека.  | **Личностные:** - мотивационная основа на занятия гимнастикой;-учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости);- планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;-оценивать правильность выполнения двигательных действий.Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики;- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог;-участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. |  |  |
| 29 | Строевые команды. Построения и перестроения. Правила по технике безопасности на уроках гимнастики с основами акробатики. | Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!»,  « Равняйся!», «Стой!». Игра «Класс, смирно!».Игра «Змейка». | **Научится**: универсальным умениям по самостоятельному выполнению упражнений по строевой подготовке  |  |  |
| 30 | Группировка, перекаты в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях.  | Осваивать универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях. Подвижная игра «Иголка и нитка». | **Научится**: выполнять группировку и перекаты в группировки. Описывать технику разучиваемых упражнений. |  |  |
| 31 | Техника кувырка вперед в упор присев.  | Осваивать технику кувырка вперед в упор присев. Выявлять характерные ошибки в выполнении кувырка вперед в упор присев. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатического упражнения. Подвижная игра «Тройка». | **Научится**: правилам технике безопасности при выполнении акробатического упражнения, технике выполнения кувырков |  |  |
| 32 | Техника выполнения гимнастического моста из положения, лежа на спине.  | Осваивать технику выполнения гимнастического моста из положения, лежа на спине. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах, группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Соблюдать правила техники безопасности. | **Научится**: выполнять гимнастический мост из положения, лежа на спине, правилам технике безопасности. |  |  |
| 33 | Техника выполнения стойки на лопатках.  | Осваивать технику выполнения стойки на лопатках. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Игра «Через холодный ручей». | **Научится**: выполнять стойку на лопатках, координировать свои действия. |  |  |
| 34. | Жизненно важные способы передвижения человека (ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползанье).Правила предупреждения травматизма.  | Выявлять различия в основных способах передвижения человека.Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Подвижная игра «Пет­рушка на скамейке». | **Научится**: основным способам передвижения человекаВыполнять различные физические упражнения. |  |  |
| 35. | Развитие координации. Изучение техники выполнения упражнений на гимнастических снарядах  |  Стойка на носках, на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке), ходьба по гимнастической скамейке, повороты на 90º. Проявлять качества координации при выполнении упражнений.   Подвижная игра « Пройди бесшумно» | **Научится**: выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений, держать равновесие в различных положениях. | **Личностные:** - мотивационная основа на занятия гимнастикой;-учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости);- планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;-оценивать правильность выполнения двигательных действий.Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики;- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог;-участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. |  |  |  |
| 36. | Передвижения по гимнастической стенке. Техника безопасности. | Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастической стенке.Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке. Игра «Конни­ки-спортсмены». | **Научится**: выполнять упражнения на гимнастической стенке и правилам технике безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке |  |  |  |
| 37. | Лазание по гимнастической скамейке.  | Освоить технику лазания по гимнастической скамейке различными способами. Подтягивание, лежа на животе по горизонтальной скамейке.  Проявлять качества силы, координации, выносливости при выполнении лазания по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Отга­дай, чей голос». | **Научится**: лазанию по гимнастической скамейке различными способами. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений. |  |  |  |
| 38. | Перелезание через гимнастического коня. Опорный прыжок. | Освоить технику перелезания через гимнастического козла. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении перелезания через гимнастического коня.Познакомиться с техникой выполнения опорного прыжка. Игра «Не урони мешочек» | **Научится**: перелезать через гимнастического коня. Правилам техники безопасности при выполнении перелезания через гимнастического коня.  |  |  |  |
| 39. | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания.  | Продемонстрировать полученные навыки выполнения гимнастических упражнений с элементами лазанья и перелезания. Соблюдать правила техники безопасности. Подвижная игра «Посадка картофеля». | **Научится**: соблюдать правила техники безопасности. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. |  |  |
| 40. | Акробатические комбинации.  | Продемонстрировать умение выполнять акробатические комбинации. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при выполнении акробатических комбинаций.Игра «Парашютисты». | **Научится**: выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. Работать в парах и группах при выполнении акробатических комбинаций. |  |  |
| 41. | ОРУ с гимнастической палкой.   | Освоить упражнения с гимнастической палкой.Отбирать и составлять комплексы упражнений с гимнастической палкой для утренней зарядки и физкультминуток.Подвижная игра «Охотники и утки». | **Научится**: работать с гимнастической палкой, характеризовать влияние общеразвивающих упражнений  на организм. | **Личностные:** - мотивационная основа на занятия гимнастикой;-учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости);- планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;-оценивать правильность выполнения двигательных действий.Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики;- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог;-участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. |  |  |
| 42. | Развитие координационных способностей. Название основных гимнастических снарядов. | Основная стойка. Построение в шеренгу и колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Игра «Медвежата за медом».  | **Научится**: проявлять качества координации при выполнении упражнений.  Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка). |  |  |
| 43. | Развитие силовых качеств.  | Лазание по гимнастической стенке и канату. Лазание по гимнастической стенке в упоре присев. Подтягивание, лежа на животе по гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Кузнечики». | **Научится**: лазанью по гимнастической стенке и канату разными способами. |  |  |
| 44. | Гимнастика с основами акробатики. | Проявлять качества силы, координации и выносливости. «У медведя во бору», «Через холодный ручей». | **Научится**: выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. |  |  |
| 45. | Гимнастика с основами акробатики | Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения подвижных игр. «Бой петухов».«Пройди бесшумно» | **Научится**: выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. |  |  |
| 46. | Гимнастика с основами акробатики | Проявлять качества силы, координации и выносливости. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения подвижных игр. «Салки-догонялки», «Змейка» | **Научится**: выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. |  |  |
| 47. | Развитие координационных способностей.  | Эстафета «Веселые старты. Вере­вочка под ногами», «Эстафета с обручами». Подвижная игра «Догонялки на марше». | **Научится**: выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. |  |  |
| 48. | Основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие).  | Характеризовать показатели физического развития, физической подготовки. Игра «Слушай сигнал». | **Научится**: характеризовать физические качества  |  |  |
| 49. | Гимнастика с основами акробатики | Проявлять качества силы, координации и выносливости. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения подвижных игр. «Салки-догонялки», «Змейка» | **Научится**: выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. |  |  |  |
| 50. | Развитие координационных способностей.  | Эстафета «Веселые старты. Вере­вочка под ногами», «Эстафета с обручами». Подвижная игра «Догонялки на марше». | **Научится**: выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. |  |  |
| 51. | Гимнастика с основами акробатики | Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения подвижных игр. «Бой петухов».«Пройди бесшумно» | **Научится**: выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. |  |  |
| 52. | Гимнастика с основами акробатики | Проявлять качества силы, координации и выносливости. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения подвижных игр. «Салки-догонялки», «Змейка» | **Научится**: выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. |  |  |
| 53. | Развитие координационных способностей.  | Эстафета «Веселые старты. Вере­вочка под ногами», «Эстафета с обручами». Подвижная игра «Догонялки на марше». | **Научится**: выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. |  |  |
| 54. | Подвижные игры с баскетбольным мячом. | Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Подвижная игра «Передал — садись». | **Научится**: общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  |  |  |
| 55. | Зарождение древних Олимпийских игр  | Освоить материал о зарождении олимпийских игр. | **Научится**: Пересказывать тексты по истории физической культуры. |  |  |
| 56. | Подвижные игры с баскетбольным мячом. | Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Подвижная игра «Передал — садись». | **Научится**: общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  |  |  |
| 57. | Подвижные игры с волейбольным мячом.  | Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами. Подвижная игра «Передал — садись». | **Научится**:быстро реагировать в изменяющихся условиях. |  |  |
| 5859 | Подвижные игры с волейбольным мячом.  | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности. Подвижная игра «Не давай мяча водящему». | **Научится**: регулировать эмоции в процессе игровой деятельности |  |  |
| 60. | Подвижные игры с волейбольным мячом.  |  |  |
| 61. | Подвижные игры с волейбольным мячом.  |  |  |
| 62. | Прыжки со скакалкой. Подвижная игра  | Выполнение прыжков через скакалку. Проведение подвижных игр «Кот и мыши», «Невод». ТБ при прыжках. | **Научится**: прыгать через скакалку. Соблюдать правила игры. ТБ при прыжках. |  |  |
| 63. | Прыжки со скакалкой. Подвижная игра  | Выполнение прыжков через скакалку. Проведение подвижных игр «Кот и мыши», «Невод». ТБ при прыжках. | **Научится**: прыгать через скакалку. Соблюдать правила игры. ТБ при прыжках. | Личностные: мотивационная основа на занятия лёгкой атлетикой;-учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики.Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);- планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту;- комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;*-* учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;**-**оценивать правильность выполнения двигательных действий.Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без.**Коммуникативные:** - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений.Личностные: мотивационная основа на занятия лёгкой атлетикой;-учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики.Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);- планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту;- комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;*-* учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;**-**оценивать правильность выполнения двигательных действий.Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без.**Коммуникативные:** - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений.Личностные: мотивационная основа на занятия лёгкой атлетикой;-учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики.Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);- планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту;- комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;*-* учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;**-**оценивать правильность выполнения двигательных действий.Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без.**Коммуникативные:** - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. |  |  |
| 64.65. | Развитие координации. Эстафеты с мячами. | Объяснять пользу подвижных игр. Игра «Бросай поймай». Игра «Третий лишний». Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга.Игра «Воробьи и вороны». Игра «Пятнашки». Игра «Третий лишний». Эстафеты.Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды.Игра «Воробьи и вороны». Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.Распределяться на команды с помощью считалочек. | **Научится**: соблюдать технику безопасности при проведении подвижных игр.  Правилам подвижных игр. Выбирать водящего и капитана команды. Различным считалочкам. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельностиПравилам поведения при купании в водоемах во время летних каникул. |  |  |
| 66 67 | Развитие ловкости. Эстафеты с мячами. | Объяснять пользу подвижных игр. Игра «Бросай поймай». Игра «Третий лишний». Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга.Игра «Воробьи и вороны». Игра «Пятнашки». Игра «Третий лишний». Эстафеты.Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды.Игра «Воробьи и вороны». Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.Распределяться на команды с помощью считалочек. | **Научится**: соблюдать технику безопасности при проведении подвижных игр.  Правилам подвижных игр. Выбирать водящего и капитана команды. Различным считалочкам. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельностиПравилам поведения при купании в водоемах во время летних каникул. |  |  |
| 68. | Сочетание различных видов ходьбы. Подвижная игра.  | Моделировать сочетание различных видов ходьбы. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы.ОРУ. Обычный бег, бег с изменение направления движения. Бег в чередовании с ходьбой. Игра «Кошки - мышки». Игра «Вызов». ОРУ.Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения  физических упражнений. Игра «С кочки на кочку». ОРУ. Игра «Два Мороза».  | **Научится**: менять вид ходьбы в различных условиях.**Научится:** Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние.**Научится**: общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  |  |  |
| 69. | Развитие скоростных качеств. Бег с чередованием с ходьбой.  |  |  |
| 70. | Развитие скоростно-силовых качеств. Бег с преодолением препятствий.  |  |  |
| 71. | Развитие скоростно-силовых качеств. Бег по размеченным участкам дорожки.  | ОРУ. Осваивать высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики. Игра «У ребят порядок строгий».  | **Научится**: работать по сигналу учителя. Правильно дышать при нагрузках.  |  |  |
| 72. | Развитие скоростно-силовых качеств. Бег по размеченным участкам дорожки.  |  |  |
| 73. | Полоса препятствий |  |  |
| 74. | Развитие скоростно-силовых качеств. Полоса препятствий. |  |  |
| 75. | Влияние физических упражнений на осанку. Приемы закаливания. Способы самоконтроля. | Понимать значения физических упражнений на формирование осанки. Осваивать приемы закаливания и оценивать свое состояние после закаливания. Осваивать способы самоконтроля. | **Научится**: следить за своей осанкой. Правилам сохранения хорошей осанки. Приемам закаливания и способам самоконтроля. |  |  |
| 76. | Зарождение физической культуры на территории Древней Руси. | Пересказывать тексты по истории физической культуры.Освоить материал о зарождении физической культуры на территории Древней Руси. | **Научится**: пересказывать тексты. Выделять главное из рассказанного.  |  |  |
| 77. | ТБ во время прыжка в длину. Бег на 30 метров.  | Прыжки в длину с места и разбега. Подвижная игра «Ловишка». Осваивать технику прыжков различными способами.Осваивать технику бега различными способами.Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений, при метании мяча | **Научится**: ТБ во время прыжка в длину, бега и метаний. Разнообразным видам прыжков. Правильному отталкиванию и приземлению во время прыжков. Различать разновидности беговых заданий. Определять основные ошибки при выполнении упражнений. |  |  |
| 78. | Бег на 60 метров. Прыжки в длину с разбега. |  |  |
| 79. | Прыжки в длину с разбега. |  |  |
| 80. | Прыжки в длину с разбега. |  |  |
| 81. | Бег. Метание на дальность. |  |  |
| 82. | Бег. Метание на дальность. |  |  |
| 83. | Прыжки со скакалкой. Подвижная игра  | Выполнение прыжков через скакалку. Проведение подвижных игр «Кот и мыши», «Невод». ТБ при прыжках. | **Научится**: прыгать через скакалку. Соблюдать правила игры. ТБ при прыжках. |  |  |
| 84. | Игры с использованием скакалки. |  |  |
| 8586 | Развитие скоростных качеств. Челночный бег. | Соблюдать технику безопасности при проведений занятий по легкой атлетике. Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения. | **Научится**: ТБ при занятиях легкой атлетике. Правильно выполнять технику челночного бега. |  |  |
| 87. | Кроссовая подготовка. |  |  |
| 88. | Кроссовая подготовка. | **Научится**: самостоятельно выполнять упражнения по легкой атлетике. |  |  |
| 89. | Кроссовая подготовка. |  |  |
| 90. | Развитие координации. Эстафеты с мячами. | Объяснять пользу подвижных игр. Игра «Бросай поймай». Игра «Третий лишний». Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга.Игра «Воробьи и вороны». Игра «Пятнашки». Игра «Третий лишний». Эстафеты.Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды.Игра «Воробьи и вороны». Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.Распределяться на команды с помощью считалочек. | **Научится**: соблюдать технику безопасности при проведении подвижных игр.  Правилам подвижных игр. Выбирать водящего и капитана команды. Различным считалочкам. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельностиПравилам поведения при купании в водоемах во время летних каникул. |  |  |
| 91. | ОРУ. Развитие выносливости. |  |  |
| 92. | Эстафеты. ОРУ. Развитие прыжковых качеств. |  |  |
| 93. | Развитие скоростно-силовых качеств. |  |  |
| 94. | ОРУ. Развитие выносливости. |  |  |
| 95. | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств. |  |  |
| 96. | ОРУ. Развитие выносливости. |  |  |
| 97. | ОРУ в движении. Развитие скоростно-силовых качеств. |  |  |
| 98. | Эстафеты. Развитие координации.  |  |  |
| 99. | Эстафеты. Развитие ловкости. | Соблюдать правила поведения при купании в открытых водоемах. |  |  |
| 100 | Ору на месте. Развитие силы. |  |  |
| 101 | Эстафеты. Подвижные игры. |  |  |
| 102 | Правила поведения при купании в водоемах во время летних каникул. |  |  |