**Поурочно-тематическое планирование**

**по физической культуре**

**« Начальная школа 21 века»**

**Учитель: Никовская Н.Д.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***№*** | ***Наименование раздела, темы урока*** | ***Кол. часов*** | ***Дата*** | | ***Основные виды***  ***деятельности учащихся*** | | | ***УУД*** | ***Примечание*** | |
| ***план*** | ***факт*** |
|  |
| ***I четверть***  ***15 ч. лёгкая атлетика +8 ч. Подвижные игры + 4 ч. гимнастика = 27 часов*** | | | | | | | | | |  | |
|  |  | ***Лёгкая атлетика ( 3й час подвижные игры)*** |  |  |  |  | |  | |  | |
| 1 | 1 | Т/Б и правила поведения на уроках по Л/А. правильный бег. |  |  |  | Повторяют Т/Б и правила поведения на уроках по Л/А. Повторяют строевых упражнений. | | ***Коммуникативные:***  умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.  ***Регулятивные:***  планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;  ***Познавательные:*** анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека | |  | |
| 2 | 2 | Ходьба и бег с изменением длины шагов. |  |  |  | Выполняют: ходьба и бег с изменением длины и частоты шагов. Бег 30 метров с высокого старта. Подвижные игры: «Пустое место». | | ***Коммуникативные:***  умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.  ***Регулятивные:***  планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;  ***Познавательные:*** анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека | |  | |
| 3 | 3 | Подвижная игра «пустое место» |  |  |  | Совершенствуют повороты на месте, ходьбу в ногу, прыжки через короткую скакалку. Подвижная игра «пустое место». | | **Р:** *планирование* – выбирать действия  в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.  **П:** *общеучебные*– узнавать, называть  и определять объекты и явления  в соответствии с содержанием учебного материала.  **К:** *планирование учебного сотрудничества* – определять общую  цель и пути ее достижения; договариваться о распределении  функций и ролей в совместной деятельности | |  | |
| 4  5 | 4  5 | Ходьба и бег с изменением частоты шагов. |  |  |  | Выполняют: ходьба с преодолением 3-4 препятствий в различном темпе. Бег 30м, 60 м с высокого старта. Равномерный бег 3-4 минуты. | | **Р:** *планирование* выбирать действия в соответствии  с поставленной задачей   и условиями  ее реализации.  **П:** *обще учебные* –самостоятельно  выделять и формулировать познавательную цель.  **К:** *инициативное сотрудничество* –  ставить вопросы, обращаться за   помощью;  проявлять активность во   взаимодействии для решения  коммуникативных  задач. | |  | |
| 6 | 6 | Беговые упражнения |  |  |  | Выполняют: 5-6 беговых упражнений. Равномерный бег 3-4 минуты. | | **Р:** *контроль и самоконтроль*– отличать способ действия и его   результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.  **П:** *обще учебные* выбирать наиболее  эффективные способы решения  задач.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества*  –задавать вопросы,   обращаться за помощью; определять   общую цель и пути ее достижения | |  | |
| 7 | 7 | ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |  |  |  | Продолжают обучение прыжкам через короткую скакалку. ОРУ. Подвижная игра «белые медведи». Развивают скоростно-силовых качеств. | | **Ре:** *целеполагание*формулировать учебные задачи вместес учителем; *коррекция* – вносить изменения в план действия.  **П:** *общеучебные* определять, где применяются действия с мячом;  ставить,  Формулировать и решать проблемы.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы;  *управление коммуникацией* –координировать и принимать  различные позиции во взаимодействии | |  | |
| 8 | 8 | Ходьба и бег с изменением длины и частоты шагов. |  |  |  | Выполняют: сочетание различных видов ходьбы, бега. Подвижные игры: «круговая эстафета». Равномерный бег 3-4 минуты. | | **Р:** *контроль и самоконтроль*– отличать способ действия и его   результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.  **П:** *обще учебные* выбирать наиболее  эффективные способы решения  задач.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества*  –задавать вопросы,   обращаться за помощью; определять   общую цель и пути ее достижения | |  | |
| 9 | 9 | Прыжки через короткую скакалку |  |  |  | Повторяют прыжки через короткую скакалку. ОРУ. Подвижная игра «белые медведи». Развивают скоростно-силовых качеств. | | **Р:** *планирование* – определять общую   цель и пути  ее достижения;  *прогнозирование* – предвосхищать  результат.  **П:** *обще учебные* выбирать наиболее  Эффективные способы решения  задач;  Контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности.  **К:** *инициативное сотрудничество* – формулировать свои затруднения | |  | |
| 10 | 10 | ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |  |  |  | Повторяют прыжки через короткую скакалку. ОРУ. Подвижная игра «третий лишний». Развивают скоростно-силовых качеств. | | **Р:** *планирование* – выбирать действия  в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.  **П:** *общеучебные*– узнавать, называть  и определять объекты и явления  в соответствии с содержанием учебного материала.  **К:** *планирование учебного сотрудничества* – определять общую  цель и пути ее достижения; договариваться о распределении  функций и ролей в совместной деятельности | |  | |
| 11 | 11 | Прыжок в длину с места. |  |  |  | Выполняют: прыжок в длину с места. Подвижные игры: «Прыжки по полосам». Бег 30метров. Бег с ускорением от 20 до 30 метров. | | **Р:** *контроль и самоконтроль* – различать способ и результат действия;  *прогнозирование*– предвосхищать   результаты.  **П:** *общеучебные* ориентироваться   в разнообразии способов решения задач;  самостоятельно создавать  ход деятельности  при решении проблем.  **К:** *взаимодействие*  формулировать собственное мнение, слушать собеседника;  *управление коммуникацией* разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников | |  | |
| 12 | 12 | Бег 30 метров с высокого старта. |  |  |  | Выполняют: бег 30 метров с высокого старта. Прыжки в длину с разбега с зоны отталкивания 30-50 см. Бег 30 м, 60 м и бег с изменением направления движения. Подвижные игры: «Волк во рву. | | **Р:** *планирование* выбирать действия в соответствии  с поставленной задачей   и условиями  ее реализации.  **П:** *обще учебные* –самостоятельно  выделять и формулировать познавательную цель.  **К:** *инициативное сотрудничество* –  ставить вопросы, обращаться за   помощью;  проявлять активность во   взаимодействии для решения  коммуникативных  задач. | |  | |
| 13 | 13 | Подвижная игра «прыжки по полосам» |  |  |  | Выполняют: преодоление препятствий. Подвижная игра «прыжки по полосам». Эстафеты. Прыжковые упражнения. Развивают скоростно-силовых качеств. | | **Р:** *целеполагание*преобразовывать практическую задачу в образовательную;  *контроль и самоконтроль* – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи.  **П:** *общеучебные* –выбирать наиболее   Эффективные решения поставленной  задачи.  **К:** *взаимодействие* – формулировать  собственное мнение и позицию | |  | |
| 14 | 14 | Метание малого мяча в цель и на дальность. |  |  |  | Выполняют: метание малого мяча в цель и на дальность. Прыжки в длину с места, стоя лицом, боком к месту приземления, с поворотом. Бег 30 метров. Бег в чередовании с ходьбой до 200 метров. | | **Р:** *контроль и самоконтроль* – отличать способ действия и его   результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий  от эталона.  **П:** *обще учебные* ориентироваться  в разнообразии способов решения задач.  **К:***инициативное сотрудничество* –формулировать свои затруднения | |  | |
| 15 | 15 | Бег с препятствиями |  |  |  | Выполняют: преодоление препятствий. Эстафеты. Прыжковые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. | | **Р:** *планирование* выбирать действия в соответствии  с поставленной задачей   и условиями  ее реализации.  **П:** *обще учебные* –самостоятельно  выделять и формулировать познавательную цель.  **К:** *инициативное сотрудничество* –  ставить вопросы, обращаться за   помощью;  проявлять активность во   взаимодействии для решения  коммуникативных  задач. | |  | |
| 16 | 16 | Подвижная игра «волк во рву». |  |  |  | Выполняют: преодоление препятствий. Подвижная игра «волк во рву». Эстафеты. Силовые упражнения. Развивают скоростно-силовых качеств. | | **Р:** *целеполагание*преобразовывать практическую задачу в образовательную;  *контроль и самоконтроль* – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи.  **П:** *общеучебные* –выбирать наиболее   Эффективные решения поставленной  задачи.  **К:** *взаимодействие* – формулировать  собственное мнение и позицию | |  | |
| 17 | 17 | Бег 60 метров с высокого старта. |  |  |  | Выполняют: бег 60 метров с высокого старта. Закрепление техники прыжка в длину с разбега. Челночный бег. | | **Р:** *планирование* выбирать действия в соответствии  с поставленной задачей   и условиями  ее реализации.  **П:** *обще учебные* –самостоятельно  выделять и формулировать познавательную цель.  **К:** *инициативное сотрудничество* –  ставить вопросы, обращаться за   помощью;  проявлять активность во   взаимодействии для решения  коммуникативных  задач. | |  | |
| 18 | 18 | Прыжок в длину с разбега. |  |  |  | Выполняют: совершенствование техники метания малого мяча в цель и на дальность. Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега. Подвижные игры: «Салки» | | **Р:** *контроль и самоконтроль* – различать способ и результат действия;  *прогнозирование*– предвосхищать   результаты.  **П:** *общеучебные* ориентироваться   в разнообразии способов решения задач;  самостоятельно создавать  ход деятельности  при решении проблем.  **К:** *взаимодействие*  формулировать собственное мнение, слушать собеседника;  *управление коммуникацией* разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников | |  | |
| 19 | 19 | Эстафеты с предметами |  |  |  | Выполняют: эстафеты с предметами. Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега. Подвижные игры: «Салки» | | **Р:** *планирование* –применять  установленные правила  в планировании способа  решений.  **П:** *общеучебные* –осуществлять   рефлексию способов и условий действий;  контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  **К:** *планирование учебного сотрудничества* – определять цели и пути достижения; задавать вопросы и строить монолог | |  | |
| 20 | 20 | Прыжковые упражнения. |  |  |  | Выполняют: равномерный бег до 5 минут. Прыжковые упражнения. Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега. Подвижные игры: « Встречная эстафета. | | **Р:** контроль и самоконтроль – различать   способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле  способа решения.  **П:** общеучебные –выбирать наиболее  эффективные способы решения  задач;  узнавать, называть и определять объекты  в соответствии с содержанием учебных предметов.  **К:** взаимодействие – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью | |  | |
| 21 | 21 | Длительный бег на выносливость |  |  |  | Выполняют: длительный бег на выносливость. Правильное дыхание при беге. ОРУ в движении. | | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые  для организации своей деятельности | |  | |
| 22 | 22 | Подвижные игры: «Салки» |  |  |  | Подвижные игры: «Салки». Преодоление полосы препятствий. Равномерный бег до 5 минут. | | **Р:** *контроль* –контролировать и   оценивать процесс и результат  деятельности; *коррекция –*устанавливать  соответствие полученного результата   поставленной цели.  **П:** *общеучебные* -уметь применять   полученные знания в различных   вариантах.  **К:** *инициативное сотрудничество* – обращаться за помощью и задавать   вопросы | |  | |
| 23 | 23 | Длительный бег на выносливость |  |  |  | Выполняют: длительный бег на выносливость. Силовые упражнения. Развивают скоростно-силовых качеств. | | **Р:** *планирование* выбирать действия в соответствии  с поставленной задачей   и условиями  ее реализации.  **П:** *обще учебные* –самостоятельно  выделять и формулировать познавательную цель.  **К:** *инициативное сотрудничество* –  ставить вопросы, обращаться за   помощью;  проявлять активность во   взаимодействии для решения  коммуникативных  задач. | |  | |
| ***Гимнастика*** | | | | | | | | | | | |
| 24 | 24 | «Строевые упр. Упражнения в равновесии». |  |  |  | Повторяют Т/Б и правила на уроках гимнастики. Перестроение в круг из колонны по одному. Передвижение с сохранением равновесия. | | **Р:** *целеполагание*преобразовывать практическую задачу в образовательную.  **П:** *общеучебные* –осознанно строить сообщения  в устной форме.  **К:** *инициативное сотрудничество* – формулировать свои затруднения | | |  |
| 25 | 25 | Построение в две шеренги. |  |  |  | Выполняют: строевые упражнения. Повороты. Выполнение команд. Построение в две шеренги. Ритмическая гимнастика. | | **Р:** *контроль и самоконтроль* – осуществлять итоговый и пошаговый контроль  по результату.  **П:** *общеучебные* –ставить, формулировать   и решать проблемы.  **К:** *взаимодействие* – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания | | |  |
| 26 | 26 | Шаги галопа в парах. Повороты. |  |  |  | Выполняют: строевые упражнения. Повороты. Выполнение команд. Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Ритмическая гимнастика. Шаги галопа в парах. | | **Р:** *контроль и самоконтроль* – использовать установленные правила  в контроле способа решения.  **П:** *общеучебные* –ставить и формулировать проблемы.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* –договариваться  о распределении функций | | |  |
| 27 | 27 | Вис на перекладине, спиной на гимнастической стенке |  |  |  | Ритмическая гимнастика. Выполняют: вис на перекладине, спиной на гимнастической стенке, вис на согнутых руках. | | **Р:** *контроль* –контролировать   и оценивать процесс и результат  деятельности; *коррекция*устанавливать соответствие полученного  результата поставленной цели.  **П:** *общеучебные* -уметь  применять полученные знания  в различных вариантах.  **К:** *инициативное сотрудничество* – обращаться за помощью  и задавать вопросы | | |  |
| ***II четверть***  ***18 ч. Гимнастика+3 ч. Подвижные игры = 21 час*** | | | | | | | | | | |  |
| 28 | 1 | «Строевые упражнения Акробатика» |  |  |  | Повторяют Т/Б и правила поведения на уроках гимнастики. Разучить комплекс утренней гимнастики № 3. Учить прыжкам в длину с места, лазанью по гимнастической скамейке и стенке. | **Р:** *целеполагание*преобразовывать практическую задачу в образователь  ную.  **П:** *общеучебные* –осознанно строить сообщения  в устной форме.  **К:** *инициативное сотрудничество* – формулировать свои затруднения | | | |  |
| 29 | 2 | Лазание по гимнастической стенке. |  |  |  | Выполняют: перестроение из колонны по одному в колону по два. Продолжить обучение прыжкам в длину с места и лазанью по гимнастической стенке. | **Р:** *планирование* –выбирать действия в  соответствии сопоставленной  задачей и условиями ее реализации;  *целеполагание*–преобразовывать   практическую задачув познавательную.  **П:** *общеучебные* –самостоятельно  выделять  и формулировать   познавательную цель.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации собственной деятельности | | | |  |
| 30 | 3 | Подвижные игры «Парашютисты» |  |  |  | Подвижные игры «Парашютисты» Перестроение из колонны по одному в колону по два. | **Р:** *коррекция –* вносить необходимые  изменения в действие  послеего завершения на основе  оценки учета сделанных ошибок;  *оценка* –устанавливать соответствие   полученного результата поставленной   цели.  **П:** *общеучебные* –использовать   общие приемы решения задач.  **К:** *управление коммуникацией* – координировать  и принимать   различные позиции во взаимодействии, контролировать  и оценивать процесс и результат  действия | | | |  |
| 31 | 4 | Прыжок в длину с места. |  |  |  | Выполняют: прыжок в длину с места. Совершенствовать лазанье по гимнастической стенке. Передвижение с сохранением равновесия. Прыжки через скакалку. | **Р:** *целеполагание*формулировать и удерживать учебную задачу.  **Пе:** *общеучебные* – самостоятельно выделять познавательную цель.  **К:** *взаимодействие* -вести устный разговор,   задавать вопросы; формулировать   собственное мнение | | | |  |
| 32 | 5 | Перекаты вперед, группировке. |  |  |  | Выполняют: смене ноги в движении. Повторяют перекаты вперед, в группировке. Развивают скоростных и координационных способностей. | **Р:** *коррекция –* вносить необходимые дополнения и изменения  в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата.  **П:** *общеучебные* – контролировать процесс и результат деятельности.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* –определять   общую цель и пути ее достижения | | | |  |
| 33 | 6 | Подвижные игры «Догонялки в марше» |  |  |  | Подвижные игры «Догонялки в марше»Развивают скоростных и координационных способностей. | **Р:** *коррекция –* вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  **П:** *общеучебные* –ориентироваться  в разнообразии способов решения  задач; узнавать, называть и  определять объекты и явления  окружающей действительности   в соответствии с содержанием учебного предмета.  **К:** *взаимодействие* формулировать собственное мнение и позицию;  *инициативное сотрудничество* – формулировать свои затруднения | | | |  |
| 34 | 7 | Перекаты назад в группировке. |  |  |  | Выполняют: смене ноги в движении. Подвижная игра. Повторить перекаты вперед, назад в группировке. Развивают скоростных и координационных способностей. | **Р:** *планирование* –составлять план и последовательность действий.  **П:** *информационные* – искать и выделять необходимую информацию из   различных источников.  **К:** *управление коммуникацией* – адекватно использовать речь | | | |  |
| 35 | 8 | Стойка на лопатках с поддержкой |  |  |  | Выполняют: стойка на лопатках с поддержкой . подводящие упражнения. Многоскоки. Зарождение древних Олимпийских игр. | **Р**: коррекция – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  **П:** общеучебные –ориентироваться  в разнообразии способов решения  задач; узнавать, называть и  определять объекты и явления  окружающей действительности  в соответствии с содержанием учебного предмета.  **К:** взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию;   инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения | | | |  |
| 36 | 9 | Подвижные игры «Увертывайся от мяча» |  |  |  | Подвижные игры «Увертывайся от мяча».  Развивают скоростных и координационных способностей | **Р:** *саморегуляция* –стабилизировать   эмоциональное состояние для решения  различных задач.  **П:** *общеучебные* –самостоятельно  создавать фон деятельности для  решения проблем  или ситуаций различного характера.  **К:** *взаимодействие* – формировать   собственное мнение и позицию;  координироватьи принимать различные  позиции вовзаимодействии | | | |  |
| 37 | 10 | Наклон вперед из положения сидя ноги врозь |  |  |  | Выполняют: продолжить обучение стойки на лопатках с поддержкой. Наклон вперед из положения сидя ноги врозь. | **Р:** *коррекция –* вносить необходимые дополнения и изменения  в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата.  **П:** *общеучебные* – контролировать процесс и результат деятельности.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* –определять   общую цель и пути ее достижения | | | |  |
| 38 | 11 | Кувырок вперед, стойка на лопатках согнув ноги. |  |  |  | Выполняют: перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках согнув ноги. Подвижные игры. Развивают скоростных и координационных способностей. | **Р:** *контроль и самоконтроль* – осуществлять итоговый и пошаговый контроль  по результату.  **П:** *общеучебные* –ставить, формулировать   и решать проблемы.  **К:** *взаимодействие* – задавать вопросы,  строить понятные для партнера высказывания | | | |  |
| 39 | 12 | Мост из положения лежа на спине |  |  |  | Выполняют: мост из положения лежа на спине. Кувырок вперед, стойка на лопатках согнув ноги. Развивают скоростных и координационных способностей. | **Р**: коррекция – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  **П:** общеучебные –ориентироваться  в разнообразии способов решения  задач; узнавать, называть и  определять объекты и явления  окружающей действительности  в соответствии с содержанием учебного предмета.  **К:** взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию;   инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения | | | |  |
| 40 | 13 | Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев |  |  |  | Выполняют: перестроение из одной шеренги в две. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Повторяют кувырок вперед, стойка на лопатках согнув ноги. Подвижная игра «посадка картофеля». | **Р**: коррекция – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  **П:** общеучебные –ориентироваться  в разнообразии способов решения  задач; узнавать, называть и  определять объекты и явления  окружающей действительности  в соответствии с содержанием учебного предмета.  **К:** взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию;   инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения | | | |  |
| 41 | 14 | Кувырок назад в упор на колени |  |  |  | Выполняют: кувырок назад в упор на колени. Выполнять КУГ № 3. Повторяют кувырок вперед, стойка на лопатках согнув ноги. | **Р:** *контроль и самоконтроль* – осуществлять итоговый и пошаговый контроль  по результату.  **П:** *общеучебные* –ставить, формулировать   и решать проблемы.  **К:** *взаимодействие* – задавать вопросы,  строить понятные для партнера высказывания | | | |  |
| 42 | 15 | Кувырок назад в упор присев |  |  |  | Выполняют: кувырок назад в упор присев . Разучивают комплекс утренней гимнастики № 4. Совершенствуют перекаты в сторону. Выполняют комбинации из разученных элементов. Называют гимнастические снаряды. | **Р:** *контроль и самоконтроль* – осуществлять итоговый и пошаговый контроль  по результату.  **П:** *общеучебные* –ставить, формулировать   и решать проблемы.  **К:** *взаимодействие* – задавать вопросы,  строить понятные для партнера высказывания | | | |  |
| 43 | 16 | Акробатическая связка |  |  |  | Выполняют: акробатическую связку. Кувырок назад в упор присев . Совершенствуют перекаты в сторону. Подвижная игра. | **Р:** *контроль и самоконтроль* – осуществлять итоговый и пошаговый контроль  по результату.  **П:** *общеучебные* –ставить, формулировать   и решать проблемы.  **К:** *взаимодействие* – задавать вопросы,  строить понятные для партнера высказывания | | | |  |
| 44 | 17 | Лазание по канату тремя способами |  |  |  | Выполняют: лазанию по канату тремя способами. Выполнение комбинации из разученных элементов. | **Р:** *планирование* –применять  установленные правила в планировании способа решений; предвидеть уровень усвоения знаний.  **П:** *общеучебные* –ставить и  формулировать проблемы; выбирать   наиболее  эффективные способы решения задачи.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером | | | |  |
| 45 | 18 | Перекаты в сторону. |  |  |  | Выполняют перекаты в сторону. Передвижение с сохр. равновесия. Соверш. броски и ловлю большого мяча. | **Р:** *контроль и самоконтроль* – осуществлять итоговый и пошаговый контроль  по результату.  **П:** *общеучебные* –ставить, формулировать   и решать проблемы.  **К:** *взаимодействие* – задавать вопросы,  строить понятные для партнера высказывания | | | |  |
| 46 | 19 | Передвижение по скамейке с сохранением равновесия. |  |  |  | Выполняют: передвигаться по скамейке с сохранением равновесия. Выполняют приставной шаг. Игра-эстафета «Увертывайся от мяча». | **Р:** *контроль и самоконтроль* – осуществлять итоговый и пошаговый контроль  по результату.  **П:** *общеучебные* –ставить, формулировать   и решать проблемы.  **К:** *взаимодействие* – задавать вопросы,  строить понятные для партнера высказывания | | | |  |
| 47 | 20 | Повороты направо, налево, кругом на гимнастической скамейке. |  |  |  | Выполняют: преодоление препятствий поставленных одно за другим. Игра-эстафета «парашютисты.». | **Р:** *контроль* –контролировать   и оценивать процесс и результат  деятельности; *коррекция*устанавливать соответствие полученного  результата поставленной цели.  **П:** *общеучебные* -уметь  применять полученные знания  в различных вариантах.  **К:** *инициативное сотрудничество* – обращаться за помощью  и задавать вопросы | | | |  |
| 48 | 21 | Упражнение на гимнастической скамейке. |  |  |  | Выполняют: упражнение на гимнастической скамейке. . Игра-эстафета «Веревочка под ногами». Подвести итоги II четверти. | **Р:** *контроль* –контролировать   и оценивать процесс и результат  деятельности; *коррекция*устанавливать соответствие полученного  результата поставленной цели.  **П:** *общеучебные* -уметь  применять полученные знания  в различных вариантах.  **К:** *инициативное сотрудничество* – обращаться за помощью  и задавать вопросы | | | |  |
| ***III четверть***  ***10 ч. лыжная подготовка + 20 ч. Спортивные и подвижные игры = 30 часов.*** | | | | | | | | | | |  |
| 49 | 1 | Удар ногой с разбега по неподвижному мячу |  |  |  | Слушают инструктаж по технике безопасности. ОРУ на месте. Удар ногой с разбега по неподвижному мячу. Развивают скоростно-силовых качеств. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 50 | 2 | Удар ногой с разбега по катящемуся мячу в горизонтальную мишень |  |  |  | Выполняют: ОРУ на месте. Развитие скоростно-силовых качеств. Удар ногой с разбега по катящемуся мячу в горизонтальную мишень. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 51 | 3 | Подвижная игра «Передал-садись» |  |  |  | Выполняют: ОРУ в движении. Прыжковые упражнения. Подвижная игра «Передал-садись» Удар ногой с разбега по катящемуся мячу в горизонтальную мишень | **Р:** *коррекция –* вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  **П:** *общеучебные* –ориентироваться  в разнообразии способов решения  задач; узнавать, называть и  определять объекты и явления  окружающей действительности   в соответствии с содержанием учебного предмета.  **К:** *взаимодействие* формулировать собственное мнение и позицию;  *инициативное сотрудничество* – формулировать свои затруднения | | | |  |
| 52 | 4 | Ведение мяча между предметами Подтягивание на перекладине |  |  |  | Выполняют: ведение мяча между предметами. ОРУ в движении. Подвижные игры: «Снайпер», «Выжигала». Подтягивание на перекладине: д- низкая, Ю- высокая.  Удар ногой с места по неподвижному мячу. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 53 | 5 | Ведение мяча с обводкой предметов |  |  |  | Выполняют: ведение мяча с обводкой предметов. Совершенствуют удар ногой с разбега по катящемуся мячу в горизонтальную мишень. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 54 | 6 | Подвижная игра «Передай-мяч головой» |  |  |  | Выполняют: ведение мяча с обводкой предметов. Совершенствуют удар ногой с разбега по катящемуся мячу в горизонтальную мишень.  Подвижная игра «Передай-мяч головой» | **Р:** *коррекция –* вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  **П:** *общеучебные* –ориентироваться  в разнообразии способов решения  задач; узнавать, называть и  определять объекты и явления  окружающей действительности   в соответствии с содержанием учебного предмета.  **К:** *взаимодействие* формулировать собственное мнение и позицию;  *инициативное сотрудничество* – формулировать свои затруднения | | | |  |
| 55 | 7 | Т/Б и правила поведения на уроках по лыжной подготовки. Передвижение скользящим шагом. (ХКК ГОС ОО) |  |  |  | Слушают Т/Б и правила поведения на уроках по лыжной подготовки. Передвижение скользящим шагом. Правильная переноска и надевание лыж. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 56 | 8 | Построение с лыжами в две шеренги и в колонну по два. (ХКК ГОС ОО) |  |  |  | Выполняют: построение с лыжами в две шеренги и в колонну по два. Совершенствуют передвижение скользящим шагом. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 57 | 9 | Повороты на месте, вокруг. (ХКК ГОС ОО) |  |  |  | Продолжают обучение построению в 2 шеренги, колонну по два, поворотам на месте, вокруг, передвижению скользящим шагом. Подвижная игра «Быстрый лыжник» | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 58 | 10 | Передвижение скользящим шагом с палками. (ХКК ГОС ОО) |  |  |  | Выполняют: передвижение скользящим шагом с палками. Повторить построения в 2 шеренги, колонну по два, повороты на месте, вокруг. | **Р:** *планирование* -ориентироваться в разнообразии способов решения задач;  *коррекция –* вносить дополнения   и изменения в план действия.  **П:** *знаково-символические* – использовать знаково-символические   средства, в том числе модели и схемы,   для решения задач.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – определять цели, функции  участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | | | |  |
| 59 | 11 | Повороты на месте переступанием. (ХКК ГОС ОО) |  |  |  | Выполняют: повороты на месте переступанием. Совершенствуют передвижение с палками. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 60 | 12 | Скольжение вперед, палки за спиной. (ХКК ГОС ОО) |  |  |  | Выполняют: скольжению, палки за спиной. Совершенствовать повороты. Подвижная игра. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 61 | 13 | Одновременный двухшажный ход (ХКК ГОС ОО) |  |  |  | Выполняют: одновременному двухшажному ходу. Совершенствовуют скользящий шаг с палками. Подвижная игра «Проехать через ворота». | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 62 | 14 | Передвижение скользящим шагом с палками. (ХКК ГОС ОО) |  |  |  | Совершенствуют умение переноски лыж. Проверяют умение передвигаться скользящим шагом с палками. Подвижная игра «Быстрый лыжник». | **Р:** *планирование* -ориентироваться в разнообразии способов решения задач;  *коррекция –* вносить дополнения   и изменения в план действия.  **П:** *знаково-символические* – использовать знаково-символические   средства, в том числе модели и схемы,   для решения задач.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – определять цели, функции  участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | | | |  |
| 63 | 15 | Попеременный двухшажный ход (ХКК ГОС ОО) |  |  |  | Совершенствуют попеременному двушажному ход. Учатся спускаться в низкой стойке. Начинают обучению спускаться в основной стойке. | **Р:** *планирование* -ориентироваться в разнообразии способов решения задач;  *коррекция –* вносить дополнения   и изменения в план действия.  **П:** *знаково-символические* – использовать знаково-символические   средства, в том числе модели и схемы,   для решения задач.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – определять цели, функции  участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | | | |  |
| 64 | 16 | Чередование видов передвижения на лыжах (ХКК ГОС ОО) |  |  |  | Совершенствуют попеременный двушажный ход. Подвижная игра «За мной». | **Р:** *планирование* -ориентироваться в разнообразии способов решения задач;  *коррекция –* вносить дополнения   и изменения в план действия.  **П:** *знаково-символические* – использовать знаково-символические   средства, в том числе модели и схемы,   для решения задач.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – определять цели, функции  участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | | | |  |
| 65 | 17 | Специальные передвижения |  |  |  | Слушают инструктаж по технике безопасности. ОРУ. Специальные передвижения. Развитие координационных способностей. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 66 | 18 | Остановка прыжком с двух шагов |  |  |  | Выполняют: остановку прыжком с двух шагов Специальные передвижения. Развивают координационные способности. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 67 | 19 | Ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой») |  |  |  | Выполняют: ведение на месте правой и левой рукой. Бросок мяча двумя руками снизу. Броски в цель. ОРУ. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу». Развивают координационные способности. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 68 | 20 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди Челночный бег 3х10 м |  |  |  | Выполняют: ловлю и передачу мяча в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель. ОРУ. Подвижная игра «Вызови по имени». Развивают координационные способности. Подвижная игра «Мяч соседу». | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 69 | 21 | Бросок мяча с места |  |  |  | Выполняют: бросок мяча с места . Совершенствуют ловлю и передачу мяча двумя руками от груди. Развивают координацию способностей. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 70 | 22 | Бросок мяча двумя руками снизу. |  |  |  | Выполняют: бросок мяча двумя руками снизу. Бросок мяча с места. Развитие скоростно-силовых качеств. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 71 | 23 | Ведение мяча с изменением направления движения. |  |  |  | Учатся ведению мяча с изменением направления движения. Подвижная игра «Мяч среднему», «Бросок в колонне». | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 72 | 24 | Ведение мяча индивидуально. |  |  |  | Выполняют: ведение мяча индивидуально правой, левой рукой в движении по прямой шагом. Броски в цель. ОРУ. Подвижная игра «Перестрелка». Эстафеты без предметов. Развитие координационных способностей. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 73 | 25 | Игра в мини -баскетбол. |  |  |  | Выполняют: ведение мяча с изменением направления движения. Игра в мини-баскетбол ОРУ. Развитие координационных способностей. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 74 | 26 | Подводящие упражнения |  |  |  | Слушают: история возникновения волейбола. Повторяют передачи мяча в парах. Подводящие упражнения. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 75 | 27 | Прием мяча снизу двумя руками |  |  |  | Выполняют: подводящие упражнения. Прием мяча снизу двумя руками. Подвижная игра: «Круговая лапта». Развитие скоростно-силовых качеств. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 76 | 28 | Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх |  |  |  | Совершенствуют прием мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 77 | 29 | Нижняя прямая подача |  |  |  | Выполняют: передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх. Нижняя прямая подача. Подвижная игра: «Не давай мяча водящему» | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных  характеристик.  **П:** *информационные* –анализ   информации.  **К:** *планирование учебного*  *сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые для организации своей деятельности | | | |  |
| 78 | 30 | Подвижные игры |  |  |  | Совершенствуют пройденные упражнения. Подвижные игры: «Неудобный бросок», «Волна». | **Р:** *оценка* –устанавливать  соответствие полученного результата   поставленной цели.  **П:** *общеучебные* –узнавать, называть   и определять объекты и явления   окружающей действительности   в соответствии с содержанием учебных   предметов.  **К:** *взаимодействие* – слушать собеседника; формулировать собственное мнение и задавать вопросы | | | |  |
| ***класс IV четверть***  ***16 ч. лёгкая атлетика +8 ч. подвижные игры= 24 часа*** | | | | | | | | | | |  |
| 79 | 1 | Т/Б на уроках легкой атлетике. Прыжок в высоту. |  |  |  | Повторяют Т/Б на уроках легкой атлетике. Прыжок в высоту. Преодоление препятствия высотой до 30 см. ОРУ. Прыжковые упражнения. Развитие координационных способностей. | **Р:** *контроль и самоконтроль* – использовать установленные правила в контроле  способа решения.  **П:** *общеучебные* –ориентироваться   в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.  **К:** *управление коммуникацией* – оказывать в сотрудничестве взаимопомощь | | | |  |
| 80 | 2 | Преодоление препятствия высотой до 30 см. |  |  |  | Выполняют: равномерный бег 3 минуты. Прыжок в высоту. Преодоление препятствия высотой до 30 см. Развитие координационных способностей. | **Р:** *контроль и самоконтроль* – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном   с целью обнаружения отклонений   и отличий от эталона.  **П:** *информационные* –искать и выделять   необходимую информацию из   различных источников в разных формах.  **К:** *управление коммуникацией* – прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения | | | |  |
| 81 | 3 | Подвижная игра «Защита укрепления» |  |  |  | Подвижная игра «Защита укрепления». ОРУ. Прыжковые упражнения. Развитие координационных способностей. | **Р:** *контроль* –контролировать и   оценивать процесс и результат  деятельности; *коррекция –*устанавливать  соответствие полученного результата   поставленной цели.  **П:** *общеучебные* -уметь применять   полученные знания в различных   вариантах.  **К:** *инициативное сотрудничество* – обращаться за помощью и задавать   вопросы | | | |  |
| 82 | 4 | Прыжки через скамейку высотой 30 см. |  |  |  | Выполняют: равномерный бег 3 минуты. ОРУ. Прыжки через скамейку высотой 30 см. Прыжковые упражнения. Разввют координационных способностей. Подвижная игра «полоса препятствий». | **Р:** контроль и самоконтроль – различать   способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле  способа решения.  **П:** общеучебные –выбирать наиболее  эффективные способы решения  задач;  узнавать, называть и определять объекты  в соответствии с содержанием учебных предметов.  **К:** взаимодействие – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью | | | |  |
| 83 | 5 | Прыжок в длину с места. |  |  |  | Выполняют: равномерный бег 4 минуты. ОРУ. Прыжки через скамейку высотой 30 см. Прыжковые упражнения. Развают координационных способностей. | **Р:** контроль и самоконтроль – различать   способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле  способа решения.  **П:** общеучебные –выбирать наиболее  эффективные способы решения  задач;  узнавать, называть и определять объекты  в соответствии с содержанием учебных предметов.  **К:** взаимодействие – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью | | | |  |
| 84 | 6 | Подвижная игра «Стрелки» |  |  |  | Выполняют: прыжковые упражнения. Подвижная игра «Стрелки» | **Р:** *коррекция –* адекватно воспринимать   предложения учителей и товарищей,  родителей и других людей по исправлению   допущенных ошибок.  **П:** *общеучебные* -самостоятельно  создавать   алгоритмы деятельности при  решении проблем различного характера.  **К:** *взаимодействие* – слушать собеседника,   задавать вопросы, строить монологическое высказывание | | | |  |
| 85 | 7 | Прыжок в высоту с хлопком в ладоши во время полета. |  |  |  | Выполняют: равномерный бег 3 минуты. ОРУ. Прыжки через натянутую веревку. Развитие координационных способностей. Прыжок в высоту с места. Прыжок в высоту с хлопком в ладоши во время полета. | **Р:** контроль и самоконтроль – различать   способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле  способа решения.  **П:** общеучебные –выбирать наиболее  эффективные способы решения  задач;  узнавать, называть и определять объекты  в соответствии с содержанием учебных предметов.  **К:** взаимодействие – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью | | | |  |
| 86 | 8 | Бег на выносливость в равномерном темпе. |  |  |  | Выполняют: равномерный бег 4 минуты. Чередование ходьбы и бега. Проверяют умение выполнять комплекс ОРУ. | **Р:** *контроль и самоконтроль* – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном   с целью обнаружения отклонений   и отличий от эталона.  **П:** *информационные* –искать и выделять   необходимую информацию из   различных источников в разных формах.  **К:** *управление коммуникацией* – прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения | | | |  |
| 87 | 9 | Подвижная игра «Кто дальше бросит» |  |  |  | Подвижная игра «Кто дальше бросит». Равномерный бег 4 минуты. Чередование ходьбы и бега. Бег змейкой. | **Р:** *коррекция –* адекватно воспринимать   предложения учителей и товарищей,  родителей и других людей по исправлению   допущенных ошибок.  **П:** *общеучебные* -самостоятельно  создавать   алгоритмы деятельности при  решении проблем различного характера.  **К:** *взаимодействие* – слушать собеседника,   задавать вопросы, строить монологическое высказывание | | | |  |
| 88 | 10 | Комплекс обще развивающих упражнений. |  |  |  | Выполняют: ОРУ. Выполняют: прыжок через скакалку. Преодоление малых препятствий. | **Р:** *коррекция –* вносить необходимые   дополнения и изменения в  план и способ   действия во время эстафеты.  **П:** *логические –*подводить под понятие на основе распознания объектов, выделения существенных признаков.  **К:** *планирование учебного сотрудничества* – определять общую цель и пути ее достижения; строить высказывание | | | |  |
| 89 | 11 | Бег на выносливость в равномерном темпе. |  |  |  | Выполняют: равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы и бега. ОРУ в парах. Челночный бег. Развитие скоростно–силовых способностей. | **Р:** *саморегуляция* –стабилизировать   эмоциональное состояние для решения   различных задач.  **П:** *общеучебные* –самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем  или ситуаций различного характера.  **К:** *взаимодействие* – формировать собственное   мнение и позицию;  координировать и принимать  различные позиции во взаимодействии | | | |  |
| 90 | 12 | Подвижная игра «Ловишка» |  |  |  | Подвижная игра «Ловишка». Равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы и бега. ОРУ в парах. Челночный бег. Развитие скоростно–силовых способностей. | **Р:** *коррекция –* адекватно воспринимать   предложения учителей и товарищей,  родителей и других людей по исправлению   допущенных ошибок.  **П:** *общеучебные* -самостоятельно  создавать   алгоритмы деятельности при  решении проблем различного характера.  **К:** *взаимодействие* – слушать собеседника,   задавать вопросы, строить монологическое высказывание | | | |  |
| 91 | 13 | 6 минутный бег на выносливость |  |  |  | Выполняют: 6 минутный бег на выносливость. ОРУ на месте. Подвижная игра « Третий лишний». Развитие скоростно–силовых способностей. | **Р:** *осуществление учебных действий* – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия.  **П:** *общеучебные* –контролировать и оценивать   процесс и результат  деятельности.  **К:** *взаимодействие* –строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение | | | |  |
| 92 | 14 | Бег по дистанции в среднем темпе. |  |  |  | Продолжить обучение бегу. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | **Р:***прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знании, его временных характеристик.  **П:** *информационные* –анализ информации.  **К:** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы,  необходимые  для организации своей деятельности | | | |  |
| 93 | 15 | Подвижная игра «Поймай ленту» |  |  |  | Подвижная игра «Поймай ленту». Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | **П:** овладевают способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, вести поиск средств ее осуществления.  **К:** выражают готовность слушать собеседника и вести диалог.  **Р:** осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять | | | |  |
| 94 | 16 | Прыжки через короткую скакалку. |  |  |  | Учатся прыжкам через короткую скакалку. Продолжить обучение бегу. Проверить выполнение домашнего задания. Подвижная игра «Мяч соседу» | **П**:овладевают способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, вести поиск средств ее осуществления.  **К**:выражают готовность слушать собеседника и вести диалог.  **Р:** осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять | | | |  |
| 95 | 17 | Метание малого мяча на дальность. |  |  |  | Продолжают обучение метанию малого мяча. Упр. с малым мячом. Развитие скоростных и координационных способностей. | **П:** овладевают способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, вести поиск средств ее осуществления.  **К:**выражают готовность слушать собеседника и вести диалог.  **Р**:осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять | | | |  |
| 96 | 18 | Подвижная игра «Метатели» |  |  |  | Подвижная игра «Метатели», «Пустое место». Упр. с малым мячом. Развитие скоростных и координационных способностей. | **П:** овладевают способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, вести поиск средств ее осуществления.  **К:** выражают готовность слушать собеседника и вести диалог.  **Р.** осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять | | | |  |
| 97 | 19 | Прыжок в длину с разбега. |  |  |  | Совершенствуют технику метания малого мяча в цель и на дальность. Совершенствуют технику прыжка в длину с места, с разбега. Подвижные игры: «Салки» | **П:** овладевают способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, вести поиск средств ее осуществления.  **К:** выражают готовность слушать собеседника и вести диалог.  **Р:** осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять | | | |  |
| 98 | 20 | Бег 60 метров с высокого старта. |  |  |  | Выполняют: бег 60 метров с высокого старта. Закрепление техники прыжка в длину с разбега. Челночный бег. | **П:** овладевают способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, вести поиск средств ее осуществления.  **К:** выражают готовность слушать собеседника и вести диалог.  **Р:** осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять | | | |  |
| 99 | 21 | Подвижная игра.«Космонавты» |  |  |  | Подвижная игра. «Космонавты», «Волк во рву». . Закрепление техники прыжка в длину с разбега. Челночный бег. | **П:** овладевают способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, вести поиск средств ее осуществления.  **К:** выражают готовность слушать собеседника и вести диалог.  **Р.** осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять | | | |  |
| 100 | 22 | Бег 30 метров с высокого старта. |  |  |  | Выполняют: бег 30 метров с высокого старта. Прыжки в длину с разбега с зоны отталкивания 30-50 см. Бег 30 м, 60 м и бег с изменением направления движения.. | **П:** овладевают способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, вести поиск средств ее осуществления.  **К:** выражают готовность слушать собеседника и вести диалог.  **Р:** осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять | | | |  |
| 101 | 23 | Прыжковые упражнения. |  |  |  | Выполняют: равномерный бег до 5 минут. Прыжковые упражнения. Совершенствуют технику прыжка в длину с места, с разбега. Встречная эстафета. | **П:** овладевают способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, вести поиск средств ее осуществления.  **К:** выражают готовность слушать собеседника и вести диалог.  **Р:** осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять | | | |  |
| 102 | 24 | Круговая эстафета |  |  |  | Выполняют: прыжки многоразовые через скакалку на правой, левой, обеих ногах. Подвижные игры «Круговая эстафета». Равномерный бег до 5 минут. Итоги года. | **П:** овладевают способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, вести поиск средств ее осуществления.  **К:** выражают готовность слушать собеседника и вести диалог.  **Р:** осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять | | | |  |