**Тематическое планирование по физической культуре**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **№ урока в теме** | **Тема урока** | **Формируемые умения/личностные качества****(планируемые результаты обучения)** | **Деятельность учащихся** | **Дата по плану** | **Дата по факту** |
| **Предметные умения** | **Универсальные** **учебные действия** |
|  | **1.1** | История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии | Иметь представление:О роли и значении занятий физическими упражнениями в подготовке солдат в русской армии | **П.**Овладение фактами истории развития физической культуры характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью.**Р.**Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.К.Вступать в учебное сотрудничество с учителем и одноклассниками. | Приводят примеры из истории спортивных состязаний народов России. Раскрывают роль и значение занятий физическими упражнениями в подготовке солдат в русской армии | **3.09** |  |
|  | **1.2** | Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения.  | Иметь представление:О физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения. | **П.**Самостоятельно формулировать учебно-познавательную задачу.**Р.** Контролировать выполнение действий, вносить необходимые коррективы (свои и учителя). **К.** Осознанно и произвольно строить речевое высказывание в форме | Приводят примеры, раскрывающие связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеризуют зависимость между величиной нагрузки и наступлением утомления. | **4.09** |  |
|  | **1.3** | Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. | Иметь представление:О причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма | **П.** Осознавать учебно-познавательную, учебно-практическую задачу.Р.Действовать согласно составленному плану, а также по инструкциям учителяК.Вступать в учебное сотрудничество с учителем и одноклассниками | Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизмаОпределяют состав спортивной одежды в зависимости от погодных условий и времени года | **7.09** |  |
|  | **1.4** | Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах). | Знать правила техники безопасности..Характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Соблюдают правила техники безопасности.Характеризуют роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья | **10.09** |  |
|  | **2.1** | Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой | Знать правила техники безопасности..Характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья. Вести дневник самонаблюдения | **П.** Формулировать учебные задачи вместе с учителем.**Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Измеряют (пальпаторно) ЧСС | **11.09** |  |
|  | **2.2** | Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. | Подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой. | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений. | **14.09** |  |
|  | **2.3** | Техника выполнения тестовых заданий для определения уровня развития основных физических качеств | Знать правила проведения тестов для измерения основных физических качеств | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Измеряют(пальпаторно) ЧСС | **17.09** |  |
|  | **2.4** | Оформление результатов измерения показателей физического развития**-** | Вести дневник самонаблюдения | **П.** . Аргументированно *отвечать* на вопросы, обосновывать свою точку зрения. Осознавать учебно-познавательную, учебно-практическую задачу.Р.Действовать согласно составленному плану, а также по инструкциям учителяК.Вступать в учебное сотрудничество с учителем и одноклассниками | Ведут дневник самонаблюдения | **18.09** |  |
|  | **3.1 г** | Ознакомление с правилами безопасности на уроках гимнастики. Обучение кувырку вперёд назад в группировке. И. «Запрещенное движение». | Знать и применять правила поведения на уроках гимнастики. Излагать правила и условия проведения игры «Запрещенное движение». | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Соблюдают правила поведения на уроках гимнастики. Излагают правила и условия проведения игры «Запрещенное движение». | **21.09** |  |
|  | **3.2 г** | ОРУ. Закрепление кувырка вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев.. | Описывать технику кувырка вперед в упор присев, кувырок назад в упор присевДемонстрировать технику кувырка вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | Описывают технику кувырка вперед в упор присев, кувырок назад в упор присевДемонстрируют технику кувырка вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев | **24.09** |  |
|  | **3.3 г** | Обучение перекату назад стойку на лопатках. Совершенствование кувырка вперед. | Знать технику выполнения акробатических упражнений. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | Знать технику выполнения акробатических упражнений. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | **25.09** |  |
|  | **3.4 г** | ОРУ с предметами. Обучение перекатам, стойке на лопатках. | Демонстрировать  технику выполнения перекатов и стойки на лопатках. Уметь выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | **П.** Формулировать учебные задачи вместе с учителем.**Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Демонстрируют  технику выполнения перекатов и стойки на лопатках. Уметь выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | **28.09** |  |
|  | **3.5 г** | ОРУ. Отработка упоров, седа. Игра «Змейка» | Демонстрировать технику выполнения упоров и седа. Излагать правила и условия проведения игры «Змейка». | **П.** Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.**Р.** Объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения**К.** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. | Выполняют упоры и сед. Излагают правила и условия проведения игры «змейка». | **1.10** |  |
|  | **3.6 г** | ОРУ с предметами. Мост из положении лежа на спине. Игра «Змейка» | Демонстрировать технику выполнения моста из положении лежа на спине.Осваивать технику гимнастических упражнений  | **П.** Формулировать учебные задачи вместе с учителем.**Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Демонстрируют технику выполнения моста из положении лежа на спине.Осваивают технику гимнастических упражнений  | **2.10** |  |
|  | **3.7 г** | ОРУ. Отработка из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки. | Совершенствовать технику выполнения упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки. Уметь выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | Выполняют упор присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки. Выполняют акробатические элементы раздельно и в комбинации | **5.10** |  |
|  | **3.8 г** | ОРУ. Повторение кувырков вперед и назад, выполнение гимнастического моста. | Демонстрировать технику выполнения кувырков назад. Выявлять типичные ошибки при выполнении кувырка назад и гимнастического моста. | **П.** Формулировать учебные задачи вместе с учителем;**Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельностиПознавательные: научатся | Выполняют кувырки назад. Выявляют типичные ошибки при выполнении кувырка назад и гимнастического моста. | **8.10** |  |
|  | **3.9 г** | ОРУ. Закрепление перекатов, стойки на лопатках, кувырков вперед и назад. Игра «Змейка». | Демонстрировать технику выполнения кувырков вперёд и назад. Выявлять типичные ошибки при выполнении кувырка вперёд, назад и стойки на лопатках.  | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Выполняют кувырки вперёд и назад. Выявляют типичные ошибки при выполнении кувырка вперёд, назад и стойки на лопатках.  | **9.10** |  |
|  | **3.10 г** | ОРУ. Мост из положении лежа на спине, переворот в положение лёжа на животе с опорой на руки. | Демонстрировать технику выполнения моста из положении лежа на спине, переворот в положение лёжа на животе с опорой на руки. | **П.** Формулировать учебные задачи вместе с учителем;**Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Выполняют мост из положения лежа на спине, переворот в положение лёжа на животе с опорой на руки. | **12.10** |  |
|  | **3.11 г** | Оценивание переката назад стойку на лопатках. Совершенствование моста. | Демонстрировать технику выполнения моста из положении лежа на спине и стойки на лопатках | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | Выполняют моста из положении лежа на спине и стойки на лопатках | **15.10** |  |
|  | **3.12 г** | Переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев. | Демонстрировать технику переворота в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | Выполняют перевороты в положении лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев | **16.10** |  |
|  | **3.13 г** | Подводящие упражнения для освоения опорного прыжка | Уметь правильно выполнять движения в прыжках, правильно приземляться  | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | правильно выполняют движения в прыжках, правильно приземляются  | **19.10** |  |
|  | **3.14 г** | ОРУ. Отработка техники опорного прыжка напрыгиванием. Игра «Иголочка и ниточка» | Описывать и совершенствовать технику опорного прыжка напрыгиванием. Излагать правила и условия проведения игры«Иголочка и ниточка» | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Выполняют опорный прыжок напрыгиванием. Излагают правила и условия проведения игры«Иголочка и ниточка» | **22.10** |  |
|  | **3.15 г** | ОРУ. Техника опорного прыжка напрыгиванием и последующим спрыгиванием.  | Уметь правильно выполнять движения в прыжках, совершенствовать технику опорного прыжка напрыгиванием и последующим спрыгиванием. | **П.** Формулировать учебные задачи вместе с учителем;**Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Выполняют движения в прыжках, совершенствуют технику опорного прыжка напрыгиванием и последующим спрыгиванием. | **23.10** |  |
|  | **3.16 г** | ОРУ.Спрыгивание и запрыгивание на горку с матов | Демонстрировать технику опорного прыжка напрыгиванием и последующим спрыгиванием. | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | Выполняют опорный прыжок напрыгиванием и последующим спрыгиванием. | **26.10** |  |
|  | **3.17 г** | ОРУ. Различные виды прыжков. | Описывать технику прыжков.Осваивать технику гимнастических упражнений  | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Описывают технику различных прыжков.Осваивают технику гимнастических упражнений  | **29.10** |  |
|  | **3.18 г** | Зачётный урок. Тестирование. | Демонстрировать технику прыжка через гимнастического козла, гимнастический вис и мост. | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | Выполняют прыжки через козла, гимнастический мост и висы. | **30.10** |  |
|  | **3.19 г** | Висы на согнутых руках, завесом двумя ногами, согнув ноги на низкой перекладине. | Демонстрировать технику: Висы на согнутых руках, завесом двумя ногами, согнув ноги на низкой перекладине. Описывать технику гимнастических упражнений Осваивать технику гимнастических упражнений  | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Описывают технику гимнастических упражнений Осваивают технику гимнастических упражнений  | **9.11** |  |
|  | **3.20 г** | Перемах толчком двумя ногами из виса стоя присев в вис сзади согнувшись и обратно. | Уметь выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации. Демонстрировать технику перемаха толчком двумя ногами из виса стоя присев в вис сзади согнувшись и обратно. | **П.** Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.**Р.** Объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения**К.** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. | Выполняют акробатические элементы раздельно и в комбинации. Демонстрируют технику перемаха толчком двумя ногами из виса стоя присев в вис сзади согнувшись и обратно  | **12.11** |  |
|  | **3.21 г** | Переворот толчком двумя ногами из виса стоя присев в вис сзади согнувшись и обратно. | Уметь выполнять переворот толчком двумя ногами из виса стоя присев в вис сзади согнувшись и обратно | **П.** Формулировать учебные задачи вместе с учителем;**Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельностиПознавательные: научатся | Выполняют переворот толчком двумя ногами из виса стоя присев в вис сзади согнувшись и обратно. | **13.11** |  |
|  | **3.22 г** | ОРУ. Подводящие упражнения и отдельные элементы на гимнастической перекладине | Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | Выполняют строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | **16.11** |  |
|  | **3.23 г** | Техника выполнения комбинаций на гимнастической перекладине | Описывать технику гимнастических упражнений на гимнастической перекладине.Осваивать технику гимнастических упражнений  | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Описывают технику гимнастических упражнений на гимнастической перекладине.Осваивают технику гимнастических упражнений  | **19.11** |  |
|  | **3.24 г** | Гимнастическая комбинация из виса стоя присев толчком двумя ногами, переворот назад | Описывать технику гимнастических упражнений Осваивать технику гимнастических упражнений  | **П.** Осознавать учебно-познавательную, учебно-практическую задачу.Р.Действовать согласно составленному плану, а также по инструкциям учителяК.Вступать в учебное сотрудничество с учителем и одноклассниками | Описывают технику гимнастических упражнений Осваивают технику гимнастических упражнений  | **20.11** |  |
|  | **3.25 г** | Переворот назад, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя | Демонстрировать технику выполнения переворота назад, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность | Выполняют перевороты назад, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя | **23.11** |  |
|  | **3.26 г** | Опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд | Демонстрировать технику выполнения опускания назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд. | **П.** Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.**Р.** Объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения**К.** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. | Осваивают технику выполнения опускания назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд | **26.11** |  |
|  | **3.27 Г.** | ОРУ в движении. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. | Демонстрировать технику выполнения упражнений на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. | **П.** Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.**Р.** Объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения**К.** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. | Закрепляют технику выполнения упражнений на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. | **27.11** |  |
|  | **3.28 Л.а.** | ОРУ. Техника высокого старта. Бег на скорость *30м.* | Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 30 м | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Выполняют основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60 м),* равномерным медленным бегом до 1 км. Преодолевать простейшие препятствия.  | **30.11** |  |
|  | **3.29 Л.а.** | Совершенствование высокого старта. Повторение прыжка в длину в шаге с 3-5 шагов разбега. Челночный бег 3х10м.  | Уметь правильно выполнять движения в прыжках, правильно приземляться . Проявлять координацию и быстроту во время выполнения челночного бега 3х10 м | **П.** Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.**Р.** Объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения**К.** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. | Описывают технику беговых упражненийВыявляют характерные ошибки в технике беговых упражнений | **3.12** |  |
|  | **3.30 Л.а.** | Подводящие упражнения для самостоятельного обучения технике низкого старта. Бег 3мин. | Уметь бегать в равномерном темпе до 3 минут, чередовать ходьбу с бегом. Знать о работе системы дыхания при длительном беге | **П.** Осознавать учебно-познавательную, учебно-практическую задачу.Р.Действовать согласно составленному плану, а также по инструкциям учителяК.Вступать в учебное сотрудничество с учителем и одноклассниками | Описывают технику беговых упражненийВыявляют характерные ошибки в технике беговых упражнений | **4.12** |  |
|  | **3.31 Л.а.** | Техника выполнения низкого старта. Игра «Запрещённое движение». | Осваивать технику бега на короткие дистанции с «низкого старта». Осваивать двигательные действия игры «Запрещённое движение». | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельностиПознавательные: научатся | Осваивают технику бега различными способамиОсваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении беговых упражненийОсваивают универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений | **7.12** |  |
|  | **3.32****Л.а.** | Техника выполнения низкого старта. Равномерный бег *(6 мин).* Чередование бега и ходьбы *(бег -100 м, ходьба - 80 м).*   | Демонстрировать технику выполнения низкого старта. Проявлять координацию и выносливость при беге и ходьбе. | **П.** Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.**Р.** Объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения**К.** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. | Выполняют основные движения в беге с низкого старта; равномерного бега с *(6 мин),* чередование бега и ходьбы *(бег -100 м, ходьба - 80 м).*  Соблюдают правила техники безопасности . | **10.12** |  |
|  | **3.33****Л.а.** | Техника стартового ускорения. Бег на скорость *60м.* | Демонстрировать технику высокого и низкого старта с последующим стартовым ускорением | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Выполняют основные движения в беге с низкого старта с последующим стартовым ускорением | **11.12** |  |
|  | **3.34****Л.а.** | Высокий и низкий старт с последующим стартовым ускорением. | Демонстрировать технику высокого и низкого старта с последующим стартовым ускорением | **П.** Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.**Р.** Объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения**К.** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. | Описывают технику беговых упражненийВыявляют характерные ошибки в технике беговых упражнений | **14.12** |  |
|  | **3.35****Л.а.** | Техника финиширования. Круговая эстафета. | Демонстрировать технику финиширования. Осваивать двигательные действия при выполнении круговой эстафеты. | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Демонстрируют технику финиширования. Осваивают двигательные действия при выполнении круговой эстафеты. | **17.12** |  |
|  | **3.36****Л.а.** | Овладение навыка финиширования (повторение) Кросс *(1 км)* по пересеченной местности.  | Демонстрировать технику финиширования в кроссе *(1 км)* по пересеченной местности. Знать о работе системы дыхания при длительном беге | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений. . | Демонстрируют технику финиширования в кроссе *(1 км)* по пересеченной местности. Знать о работе системы дыхания при длительном беге | **18.12** |  |
|  | **3.37****Л.а.** | Финиширование в беге на спринтерские дистанции *30 и 60м* | Демонстрировать технику финиширования в беге на спринтерские дистанции *30 и 60м* | **П:** Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Описывают и демонстрируют технику беговых упражненийВыявляют характерные ошибки в технике беговых упражнений | **21.12** |  |
|  | **2.5** | Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств  | Знать правила проведения тестов для измерения основных физических качеств. | **П.** Осознавать учебно-познавательную, учебно-практическую задачу.Р.Действовать согласно составленному плану, а также по инструкциям учителяК.Вступать в учебное сотрудничество с учителем и одноклассниками | Выполняют тесты для измерения основных физических качеств. Подсчитывают частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой. | **24.12** |  |
|  | **3.38****Л.а.** | Подводящие упражнения для самостоятельного разучивания прыжка в высоту | Осваивать технику прыжка в высоту с бокового разбега способом «перешагивание». Соблюдать правила техники безопасности при прыжках в высоту. | **П.** Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.**Р.** Объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения**К.** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. | Осваивают технику прыжка в высоту с бокового разбега способом «перешагивание». Соблюдают правила техники безопасности при прыжках в высоту. | **25.12** |  |
|  | **3.39 Л.а.** | Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» | Демонстрировать технику прыжка в высоту с бокового разбега способом «перешагивание».  | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Демонстрируют технику прыжка в высоту с бокового разбега способом «перешагивание». Соблюдают технику безопасности на занятиях по лёгкой атлетике | **28.12** |  |
|  | **3.40****Л.а.** | Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» (повторение) | Демонстрировать технику прыжка в высоту с бокового разбега способом «перешагивание». Выявлять типичные ошибки в технике выполнения прыжка в высоту с бокового разбега способом «перешагивание» | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений. . | Демонстрируют технику прыжка в высоту с бокового разбега способом «перешагивание». Выявляют типичные ошибки в технике выполнения прыжка в высоту с бокового разбега способом «перешагивание» |  |  |
|  | **3.41****Л.а.** | Прыжки в высоту с прямого разбега. | Демонстрировать технику выполнения прыжков в высоту с прямого разбега. Соблюдать технику безопасности на занятиях по лёгкой атлетике  | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Демонстрируют технику выполнения прыжков в высоту с прямого разбега Соблюдают технику безопасности на занятиях по лёгкой атлетике. |  |  |
|  | **3.42****Л/**п | Правила поведения на уроках лыжной подготовки, температурный режим, дыхание при передвижении по дистанции. Измерение пульса после нагрузки. | Знать технику безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Применять правила подбора одежды для занятий лыжами. | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Соблюдают технику безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Применяют правила подбора одежды для занятий лыжами. |  |  |
|  | **3.43****Л/**п | Торможение плугом и повторы в конце. | Выполнять торможение «Плугом»Проявлять выносливость при прохождении учебной дистанции. | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений. . | Выполняют торможение «Плугом». Проявляют выносливость при прохождении учебной дистанции |  |  |
|  | **3.44****Л/**п | Учёт умений торможения плугомПрохождение дистанции 1,5 км со средней скоростью | Выполнять спуски и подъемы на лыжах различными способами. Проявлять выносливость при передвижении по дистанции. | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Выполняют спуски и подъемы на лыжах различными способами. Проявляют выносливость при передвижении по дистанции. |  |  |
|  | **3.45****Л/**п | Попеременный двухшажный ход с палками. Игра «Не задень». Передвижение на лыжах до 1км. | Осваивать технику передвижения попеременнымдвухшажным ходом с палками | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Осваивают технику передвижения попеременнымдвухшажным ходом с палками |  |  |
|  | **3.46****Л/**п | Совершенствование подъемов и поворотов. | Демонстрировать технику технику подъёмов и поворотов | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений. . | Демонстрируют технику подъёмов и поворотов. Соблюдают технику безопасности на занятиях лыжной подготовкой. |  |  |
|  | **3.47****Л/**п | Подводящие упражнения для самостоятельного освоения одновременного одношажного хода | Демонстрировать технику передвижения одновременнымодношажным ходом | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Демонстрируют технику передвижения одновременнымодношажным ходом. Соблюдают технику безопасности на занятиях лыжной подготовкой. |  |  |
|  | **3.48****Л/**п | Техника передвижения одновременнымодношажным ходом | Демонстрировать технику передвижения одновременнымодношажным ходом | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Демонстрируют технику передвижения одновременнымодношажным ходом.  |  |  |
|  | **3.49****Л/**п | Одновременный одношажный ход.Передвижение без палок по учебной лыжне | Демонстрировать технику передвижения одновременнымодношажным ходом.  | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений. . | Демонстрируют технику передвижения одновременнымодношажным ходом.  |  |  |
|  | **3.50****Л/**п | Передвижение по учебной лыжне одновременнымодношажным ходом | Выявлять типичные ошибки в технике выполнения одновременногоодношажного хода | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Выявляют типичные ошибки в технике выполнения одновременногоодношажного хода. Соблюдают технику безопасности на занятиях лыжной подготовкой. |  |  |
|  | **3.51****Л/**п | Техника передвижения с переходом с попеременного двухшажного хода на одновременный двушажный ход | Выявлять типичные ошибки в технике выполнения передвижения с переходом с попеременного двухшажного хода на одновременный двушажный ход | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Выявляют типичные ошибки в технике выполнения передвижения с переходом с попеременного двухшажного хода на одновременный двушажный ход |  |  |
|  | **3.52****Л/**п | Передвижение по учебной лыжне с переходом с попеременного двухшажного хода на одновременный одношажный ход | Демонстрировать технику передвижения по учебной лыжне с переходом с попеременного двухшажного хода на одновременный одношажный ход | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Демонстрируют технику передвижения по учебной лыжне с переходом с попеременного двухшажного хода на одновременный одношажный ход |  |  |
|  | **3.53****Л/**п | Техника передвижения с переходом с попеременного двухшажного хода на одновременный одношажный ход | Выявлять типичные ошибки в технике выполнения передвижения с переходом с попеременного двухшажного хода на одновременный двушажный ход | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  | Выявляют типичные ошибки в технике выполнения передвижения с переходом с попеременного двухшажного хода на одновременный двушажный ход |  |  |
|  | **3.54**Ф | ОРУ. Техника удара по неподвижному мячу стоя на месте | Уметь владеть мячом (ведение, передачи, остановка неподвижного и катящегося мяча) в процессе подвижных игрОписывать разучиваемые технические действия из спортивных игр | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Владеют мячом (ведение, передачи, остановка неподвижного и катящегося мяча) в процессе подвижных игрОписывают разучиваемые технические действия из спортивных игр |  |  |
|  | **3.55**Ф | ОРУ. Техника удара по неподвижному мячу стоя на месте и с небольшого разбега | Осваивать технические действия из спортивных игрМоделировать технические действия в игровой деятельности | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений. . | Осваивают технические действия из спортивных игрМоделируют технические действия в игровой деятельности |  |  |
|  | **3.56**Ф | Эстафеты с ведением футбольного мяча. Остановка мяча. | Уметь владеть мячом (ведение, передачи, остановка неподвижного и катящегося мяча) в процессе подвижных игрОписывать разучиваемые технические действия из спортивных игр | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Владеют мячом (ведение, передачи, остановка неподвижного и катящегося мяча) в процессе подвижных игрОписывают разучиваемые технические действия из спортивных игр |  |  |
|  | **3.57**Ф | Техника ведения футбольного мяча в разных направлениях. Эстафета с передачей мяча партнеру. | Осваивать технические действия из спортивных игрМоделировать технические действия в игровой деятельности | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.**Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Осваивают технические действия из спортивных игрМоделируют технические действия в игровой деятельности |  |  |
|  | **3.58**Ф | Техника ведения футбольного мяча с разной скоростью передвижения. | Уметь: владеть мячом (ведение, передачи, остановка неподвижного и катящегося мяча) в процессе подвижных игрОписывать разучиваемые технические действия из спортивных игр | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений. . | Владеют мячом (ведение, передачи, остановка неподвижного и катящегося мяча) в процессе подвижных игрОписывают разучиваемые технические действия из спортивных игр |  |  |
|  | **3.59**Ф | Передача мяча стоя на месте и в движении | Осваивать технические действия из спортивных игрМоделировать технические действия в игровой деятельности | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Осваивают технические действия из спортивных игрМоделируют технические действия в игровой деятельности |  |  |
|  | **3.60**Ф | Игра в футбол по упрощенным правилам | Уметь: владеть мячом (ведение, передачи, остановка неподвижного и катящегося мяча) в процессе подвижных игрОписывать разучиваемые технические действия из спортивных игр | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  | Владеют мячом (ведение, передачи, остановка неподвижного и катящегося мяча) в процессе подвижных игрОписывают разучиваемые технические действия из спортивных игр |  |  |
|  | **3.61**Ф | Техника ведения мяча. «Мини-футбол» | Осваивать технические действия из спортивных игрМоделировать технические действия в игровой деятельности | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Осваивают технические действия из спортивных игрМоделируют технические действия в игровой деятельности |  |  |
|  | **3.62****Б** | Техника ведения баскетбольного мяча в разных направлениях | Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Владеют мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. |  |  |
|  | **3.63****Б** | Техника ведения баскетбольного мяча в разных направлениях и с разной скоростью передвижения | Уметь владеть мячом: держание, передачи, ловля, ведение, броски. | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  | Владеют мячом: держание, передачи, ловля, ведение, броски. |  |  |
|  | **3.64****Б** | Техника передачи баскетбольного мяча стоя на месте и при передвижении | Уметь владеть мячом: передачи на месте и при передвижении, ведение, броски в процессе подвижных игр. | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Владеют мячом: передачи на месте и при передвижении, ведение, броски в процессе подвижных игр. |  |  |
|  | **3.65****Б** | Бросок мяча двумя руками от груди в корзину стоя на месте | Уметь владеть мячом: броски мяча двумя руками от груди в корзину стоя на месте  | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Владеют мячом: броски мяча двумя руками от груди в корзину стоя на месте |  |  |
|  | **3.66****Б** | Бросок мяча двумя руками в корзину после ведения | Уметь владеть мячом: броски мяча двумя руками в корзину после ведения | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  | Владеют мячом: броски мяча двумя руками в корзину после ведения |  |  |
|  | **3.67****Б** | Эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину | Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Владеют владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. |  |  |
|  | **3.68****Б** | Игра в баскетбол по упрощенным правилам | Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Знают правила игры в баскетбол. |  |  |
|  | **3.69****Б** | **ОРУ.** «Мини –баскетбол». | Выполнять комплексы ОРУ и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в баскетбол. Уметь играть в мини – баскетбол. | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  | Знают правила игры в баскетбол. Играют в командную игру«Мини –баскетбол».  |  |  |
|  | **3.70****Б** | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Бро­ски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Игра в мини-баскетбол | Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Владеют мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. |  |  |
|  | **3.71****Б** | ОРУ. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координа­ционных способностей | Осваивать тактические действия в защите и нападении. Выполнять упражнения на развитие координа­ционных способностей | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Применяют тактические действия в защите и нападении. Выполняют упражнения на развитие координа­ционных способностей |  |  |
|  | **3.72**В | Перемещения ходьбой и бегом, с остановками по сигналу. | Уметь: перемещаться, владеть мячом в процессе подвижных игрОписывать разучиваемые технические действия из спортивных игр | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  | Перемещаются, владеют мячом в процессе подвижных игр.Описывают разучиваемые технические действия из спортивных игр |  |  |
|  | **3.73**В | Передача мяча подброшенного партнером | Осваивать технические действия из спортивных игрМоделировать технические действия в игровой деятельности | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Осваивают технические действия из спортивных игрМоделируют технические действия в игровой деятельности |  |  |
|  | **3.74**В | Передачи у стены. Передачи у стены многократно с ударом о стену. Игра «Мяч в воздухе».  | Уметь: перемещаться, владеть мячом в процессе подвижных игр. Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Перемещаются, владеют мячом в процессе подвижных игр.Описывают разучиваемые технические действия из спортивных игр. |  |  |
|  | **3.75**В | Передача в парах Передача мяча подброшенного партнером..  | Осваивать технические действия из спортивных игрМоделировать технические действия в игровой деятельности | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  | Осваивают технические действия из спортивных игрМоделируют технические действия в игровой деятельности |  |  |
|  | **3.76**В | Прием снизу двумя руками. | Уметь перемещаться, владеть мячом в процессе подвижных игрОписывать разучиваемые технические действия из спортивных игр | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Перемещаются, владеют мячом в процессе подвижных игр.Описывают разучиваемые технические действия из спортивных игр. |  |  |
|  | **3.77**В | Передача мяча, наброшенного партнером через сетку. | Осваивать технические действия из спортивных игрМоделировать технические действия в игровой деятельности | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Осваивают технические действия из спортивных игрМоделируют технические действия в игровой деятельности |  |  |
|  | **3.78**В | Многократные передачи в стену. Передачи с набрасыванием партнера через сетку. | Осваивать технические действия при передачи с набрасыванием партнера через сетку. | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  | Осваивают технические действия при передачи с набрасыванием партнера через сетку |  |  |
|  | **3.79**В | Передачи в парах через сетку. | Осваивать технические действия при передачи в парах через сетку. | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Осваивают технические действия при передачи в парах через сетку. |  |  |
|  | **3.80**В | Нижняя прямая подача в стену  | Совершенствование техники нижней прямой подачи в стену | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Совершенствуют технику нижней прямой подачи в стену |  |  |
|  | **3.81**В | Нижняя прямая подача с расстояния 5м | Демонстрировать технику нижней прямой подачи с расстояния 5м | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  | Демонстрируют технику нижней прямой подачи с расстояния 5м |  |  |
|  | **3.82**В | Двухсторонняя игра | Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. | **П.** Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.**Р.** Объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения**К.** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. | Описывают разучиваемые технические действия из спортивных игр. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. |  |  |
|  | **2.6** | Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств | Знать о способах простейшего контроля за деятельностью дыхательной системы. Иметь представление о темпе, скорости и объеме физических упражнений | Р.Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполненияК. Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности | Проводят тестирование физических качеств. Подсчитывают частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой. |  |  |
|  | **3.83**П/и | Техника безопасности при проведении подвижных игр. Подвижные игры разных народов. | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Соблюдают технику безопасности при проведении подвижных игр. Играют, соблюдая правила, в подвижные игры разных народов |  |  |
|  | **3.84**П/и | Народные игры. Игры с прыжками через препятствия, с набивными мячами. | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками через препятствия, с набивными мячами | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Играют в подвижные игры с бегом, прыжками через препятствия, с набивными мячами. Соблюдают технику безопасности при проведении подвижных игр. |  |  |
|  | **3.85**П/и | ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие скоростно-силовых способностей | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  | Соблюдают правила игр. Играют в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Самостоятельно организуют подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями |  |  |
|  | **3.86**П/и | ОРУ. Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств | Знать названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.**Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Проявляют качества силы, быстроты, выносливости и координации при проведении игр и эстафет.  |  |  |
|  | **3.87**П/и | Эстафеты с мячом с различных стартов. Игры с бегом и метанием. | Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при проведении игр и эстафет. | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Проявляют качества силы, быстроты, выносливости и координации при проведении игр и эстафет. |  |  |
|  | **3.88****Г.** | **ОРУ.** Игровые упражнения с мячами. Подтягивание на перекладине. | Уметь подтягиваться на перекладине. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при проведении игр с мячами. | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах.  | Подтягиваются на перекладине. Проявляют качества силы, быстроты, выносливости и координации при проведении игр с мячами. |  |  |
|  | **3.89****Г.** | Учёт подтягивания на перекладине. ОРУ с мячами. | Уметь подтягиваться на перекладине. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при проведении игр с мячами. | **П.** Анализировать технику**,** характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью **Р.** Удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем **К.** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Подтягиваются на перекладине. Проявляют качества силы, быстроты, выносливости и координации при проведении игр с мячами. |  |  |
|  | **3.90****Л.а.** | Развитие скоростно-силовых качеств. Игра «Подвижная цель». | Иметь представление о пользе физических упражнений для организма младшего школьника | **П:**Использовать общие приемы решения задач.**Р**. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, **К.** Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. | Самостоятельно организуют подвижные игры. |  |  |
|  | **3.91** | Зачётный урок. Тестирование. |  | **П**.Объяснять ошибки при выполнении упражнений. **Р**. Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации **К**.Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучиванииупражнений.  |  |  |  |
|  | **3.92**П/и | Игры и эстафеты с мячами | Уметь играть в подвижные игры с мячом. Иметь знания о правилах безопасносного поведения при занятиях физическими упражнениями во дворе, на площадках и водоемах в летнее время;  | **П.** Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.**Р.** Объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения**К.** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. | Самостоятельно организуют подвижные игры с мячом. Соблюдают правила безопасного поведения при занятиях физическими упражнениями . |  |  |