**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

по физической культуре в 3 классе

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема** | **Планируемые результаты обучения** | | **Характеристика деятельности учащихся** | **Дата** | | | |
| **Предметные умения (освоение предметных знаний)** | **УУД (научить учится)** | **План** | | **Факт** | |
| 1 | Правила безопасности на уроках физической культуры. | Познакомятся с общими представлениями об основных понятиях и правилах. | **Регулятивные:** организация рабочего места.  **Познавательные:** учатся контролировать и оценивать свои действия.  **Коммуникативные:** умение слушать, задавать вопросы  **Личностные:** формировать положительное отношение к урокам физкультуры. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. | Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.  Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий | 2.09 | |  | |
| 2 | Тестирование бега на 30 метров с высокого старта | Научатся выполнять строевые упражнения на месте и в движении, технику высокого старта, сдавать тестирование бега на 30 м с высокого старта. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.  **Личностные:** учатся принимать образ «хорошего ученика» и учится нести личную ответственность за здоровый образ жизни. | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств.  Характеризовать и демонстрировать технику выполнения перекатов и кувырка вперед. | 4.09 | |  | |
| 3 | Перекаты. Кувырок вперёд | Научатся держать группировку, выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево, разминку с мешочком | **Регулятивные:** удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем.  **Познавательные:** научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.  **Коммуникативные:**  Взаимодействовать друг с другом соблюдая правила безопасности.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни и доброжелательно относится к партнёрам по игре. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатичес-ких упражнений.Выпол-нять ранее разученные упражнения в стандарт-ных и изменяющихся условиях. | 5.09 | |  | |
| 4 | Тестирование челночного бега 3Х10 с высокого старта.  Кувырок вперёд | Научатся выполнять строевые команды, беговую разминку, технику челночного бега с высокого старта. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач  **Коммуникативные:** Поддерживать друг друга.  **Личностные:** адекватная мотивация; первичные умения оценки результатов. | Выполнять челночный бег с максимальной скоростью движения. | 9.09 | |  | |
| 5 | Правила и особенности игры в футбол | Выполнение учебной задачи. Узнают правила игры в футбол. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействии с окружающими людьми.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Иметь представления о физических качествах как способностях человека проявлять силу, быстроту, выносливость, гибкость и равновесие. | 11.09 | |  | |
| 6 | Кувырок вперёд и назад. | Научатся выполнять разминку с мешочками в движении, перекаты вправо-влево, группировку, кувырок вперед. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия  **Личностные:** адекватная мотивация. | Характеризовать и демонстрировать технику выполнения кувырка вперед. | 12.09 | |  | |
| 7 | Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений  Кувырок назад (С) | Научатся понимать необходимость развития основных физических качеств и как измерять их уровень развития. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к зарядке. | Определять физическое развитие как процесс взросления человека. Называть основные показатели физического развития. Измерять показатели физического развития самостоятельно или с помощью взрослых. | 16.09 | |  | |
| 8 | Тестирование метания мешочка на дальность  Беговые упражнения из различных исходных положений. | Научатся выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими людьми  **Личностные:** учатся ответствен-ному отношению к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций. | Выполнять метание мешочка на максимально возможный результат  Взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности. | 18.09 | |  | |
| 9 | Усложнённый кувырок вперёд. Кувырок назад (З) | Научатся выполнять строевые команды, разминку с мешочками в движении, группировку, усложненный вариант выполнения кувырков вперед, | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к зарядке. | Характеризовать и демонстрировать технику выполнения усложненного кувырка вперед. | 19.09 | |  | |
| 10 | Строевые упражнения. Элементы фигурной маршировки: передвижение «змейкой», «противоходом», «по диагонали»  П/ и «Третий лишний» | Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.  **Личностные:** адекватная мотивация; первичные умения оценки результатов. | Демонстрировать технику физических упражнений из базовых видов спорта в вариативных условиях игровой деятельности. Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. | 23.09 | |  | |
| 11 | Прыжок в длину с прямого разбега. | Научатся выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, прыжка в длину с прямого разбега. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.  **Личностные:** адекватная мотивация. | Совершенствовать технику выполнения ранее разученных беговых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях | 25.09 | |  | |
| 12 | Игровые упражнения с кувырками | Научатся выполнять строевые команды, разминку с мешочками в движении, кувырок вперед, игровые упражнения с кувырками, упражнения на внимание. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.  **Коммуникативные:** научатся определять общую цель и пути её достижения.  **Личностные:** учатся ответствен-ному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций. | Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. Взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности. | 26.09 | |  | |
| 13 | Спортивные игры: элементы футбола в подвижных играх. | Выполнение учебной задач. игры в футбол. Совершенствование Ведение мяча. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 30.09 | |  | |
| 14 | Тестирование прыжка в длину с места | Умение выполнять прыжки в длину с места, | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 2.10 | |  | |
| 15 | Кувырок назад | Научатся держать группировку, выполнять упражнения на матах, кувырок вперёд | **Регулятивные:** удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем.  **Познавательные:** научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.  **Коммуникативные:**  Взаимодействовать друг с другом соблюдая правила безопасности.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни и доброжелательно относится к партнёрам по игре. | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 3.10 | |  | |
| 16 | Тестирование подъёма туловища из положения лёжа на спине за 30 секунд. Подвижная игра «Ловишки». | Научатся выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, сдавать тестирование подъема туловища из положения лежа на 30 с. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимопомощи и взаимоподдержки.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 7.10 | |  | |
| 17 | Акробатические элементы:  Стойка на лопатках. «Мост» | Научатся выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, стойку на лопатках, «мост», кувырок назад. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся определять общую цель и пути её достижения.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Характеризовать и демонстрировать технику выполнения кувырка назад | 9.10 | |  | |
| 18 | Акробатические элементы: Стойка на лопатках. «Мост» (С). Подвижная игра «Ловишки». | Выполнение учебной задачи. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся определять общую цель и пути её достижения, следить за безопасностью друг друга.  **Личностные:** учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Характеризовать и демонстрировать технику выполнения кувырка назад | 10.10 | |  | |
| 19 | Подвижная игра «Третий лишний» Акробатические элементы: Стойка на лопатках. «Мост» | Выполнение учебной задачи. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил, самоконтроль  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся определять общую цель и пути её достижения, следить за безопасностью друг друга.  **Личностные:** учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Выполнять ранее разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. | 14.10 | |  | |
| 20 | Лазанье по гимнастической стенке | Научатся лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.  **Личностные:** учатся ответствен-ному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 16.10 | |  | |
| 21 | Лазанье по гимнастической стенке | Научатся лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.  **Личностные:** учатся ответствен-ному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 17.10 | |  | |
| 22 | Подвижная игра «Выше ноги от земли». Лазанье по гимнастической стенке | Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.  **Личностные:** учатся ответствен-ному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Выполнять организующие команды по распоряжению учителя. Соблюдать дисциплину и четкое взаимодействие с одноклассниками при выполнении строевых упражнений, совместных движений и передвижений. | 21.10 | |  | |
| 23 | Тестирование подтягивание на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись  Игра «Третий лишний» | Научатся выполнять разминку со средними обручами (кольцами); сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.  **Личностные:** адекватная мотивация. | Характеризовать и демонстрировать технику выполнения стойки на лопатках и «моста». | 23.10 | |  | |
| 24 | Тестирование виса и волевых качеств | Научатся выполнять разминку со скакалками, упражнения на внимание и координацию движений. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 24.10 | |  | |
| 25 | Тестирование броска мяча в горизонтальную цель | Научатся выполнять упражнения на движение и внимание. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 28.10 | |  | |
| 26 | Тестирование наклон вперёд из положения стоя | Научатся выполнять упражнения на внимание, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся определять общую цель и пути её достижения.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 30.10 | |  | |
| 27 | Прыжки со скакалкой с изменением темпа её вращения | Научатся выполнять разминку со скакалками, упражнения на внимание и координацию движений. | **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.  **Личностные:** учатся ответствен-ному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 31.10 | |  | |
| 28 | Полоса препятствий. Урок познай себя | Преодолевать полосу препятствий,выполнять упражнение на внимание, кувырок вперед; проходить полосу препятствий; рганизовывать места занятий физическими упражнениями | **Регулятивные:** коррекция - адекватно  воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.  **Познавательные**:общеучебные — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-  личного характера.  **Коммуникативные:** управление коммуникацией - оценивать собственное поведение и поведение окружающих  **Личностные**: смыслообразование - мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя) | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Выполнять ранее разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. | **II четверть** | | | |
| 11.11 | | |  | |
| 29 | Баскетбол: ведение мяча, бросок мяча в корзину. | Научатся технике ведения мяча в условиях игровой и учебной деятельности. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.  **Личностные:** нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать технику лазанья по гимнастической стенке. | 13.11 | | |  | |
| 30 | Броски и ловля мяча в парах | Выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами» | **Регулятивные:** планирование - применять установленные правила в планировании способа решения.  **Познавательные**:общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  **Коммуникативные:** планирование  учебного сотрудничества — определять  общую цель и пути ее достижения;  взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию  **Личностные:** проявляют положительное отношение к школе,  к занятиям физической культурой | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке. Выполнять ранее разученные передвижения по гимнастической стенке в стандартных и изменяющихся ситуациях. | 15.11 | | |  | |
| 31 | Разновидности бросков мяча одной рукой - контроль | Выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами» | **Регулятивные:** планирование - применять установленные правила в планировании способа решения.  **Познавательные:** общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  **Коммуникативные:** планирование  учебного сотрудничества — определять  общую цель и пути ее достижения;  взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию  **Личностные:** Смыслообразование - мотивация учебной деятельности | Характеризовать и демонстрировать технику выполнения стойки на лопатках, «моста» | 18.11 | | |  | |
| 32 | Ведение мяча на месте и  в движении. Броски мяча в кольцо | выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами» | **Регулятивные:** планирование - применять установленные правила в планировании способа решения.  **Познавательные:** общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  **Коммуникативные:** планирование  учебного сотрудничества — определять  общую цель и пути ее достижения;  взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию  **Личностные:** Смыслообразование - мотивация учебной деятельности | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Выполнять ранее разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. | 20.11 | | |  | |
| 33 | Броски мяча в кольцо способом «снизу» и «сверху» | Выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами» | **Регулятивные:** планирование - применять установленные правила в планировании способа решения.  **Познавательные:** общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  **Коммуникативные:** планирование  учебного сотрудничества — определять  общую цель и пути ее достижения;  взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию  **Личностные:** мотивация учебной деятельности | Характеризовать возможности занятий подвижными играми в укреплении дружбы и приобретении новых друзей, воспитании силы воли, смелости и т.п. использовать подвижные игры для развития основных физических качеств. Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. | 22.11 | | |  | |
| 34 | Броски мяча в кольцо способом «сверху» и «снизу» - контроль | Выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами» | **Регулятивные:** планирование - применять установленные правила в планировании способа решения.  **Познавательные:** общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  **Коммуникативные:** планирование  учебного сотрудничества — определять  общую цель и пути ее достижения;  взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию  **Личностные:** *Смыслообразование -* мотивация учебной деятельности | Совершенствовать технику выполнения ранее разученных прыжковых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях | 25.11 | | |  | |
| 35 | Эстафета с баскетбольным мячом | Бросать и ловить мяч в парах; бросать мяч в кольцо; ведение мяча в движении | **Регулятивные:** целеполагание - формулировать учебную задачу; планирование -  адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.  **Познавательные:** общеучебные - самостоятельно формулировать познавательную цель; логические - подводить под понятие на основе распознания объектов,  выделения существенных признаков.  **Коммуникативные:** инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия  **Личностные:** *Самоопределение —*  осознание ответственности за общее  благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения | Характеризовать возможности занятий подвижными играми в укреплении дружбы и приобретении новых друзей, воспитании силы воли, смелости и т.п. использовать подвижные игры для развития основных физических качеств. Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. | 27.11 | | |  | |
| 36 | Баскетбольные упражнения | Выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами» | **Регулятивные:** планирование - применять установленные правила в планировании способа решения.  **Познавательные:** общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  **Коммуникативные:** планирование  учебного сотрудничества — определять  общую цель и пути ее достижения;  взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию  **Личностные:** навыки сотрудничества в разных ситуациях | Совершенствовать технику выполнения ранее разученных прыжковых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях | 29.11 | | |  | |
| 37 | Контрольный урок - эстафета  по ведению, броску и ловле мяча | Выполнять ведение, бросок и ловлю мяча. | **Регулятивные:** планирование - применять установленные правила в планировании способа решения.  **Познавательные:** общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  **Коммуникативные:** планирование  учебного сотрудничества — определять  общую цель и пути ее достижения;  взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию  **Личностные:** *Самоопределение —*  осознание ответственности за общее  благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 2.12 | | |  | |
| 38 | Подвижная игра с мячом «Охотники и утки» | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры | **Регулятивные:** коррекция - адекватно  воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.  **Познавательные:** общеучебные — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-  личного характера.  **Коммуникативные:** управление коммуникацией - оценивать собственное  поведение и поведение окружающих  **Личностные:** мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя) | Раскрывать роль и значение подвижных игр для укрепления здоровья, развития физических качеств, освоения спортивных игр, входящих в школьную программу. Характеризовать возможности занятий подвижными играми в укреплении дружбы | 4.12 | | |  | |
| 39 | Игровые упражнения. Подвижные игры. | выполнять игровые упражнения на гимнастических скамейках. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.  **Личностные:** Учатся ответствен-ному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. | 6.12 | | |  | |
| 40 | Висы согнувшись и прогнувшись на гимнастических кольцах. | Научатся выполнять висы углом, согнувшись и прогнувшись на гимнастических кольцах. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.  **Личностные:** учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 9.12 | | |  | |
| 41 | Перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах. | Научатся выполнять перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействии с окружающими людьми.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 11.12 | | |  | |
| 42 | Контрольный урок Упражнения на кольцах. | Выполнять упражнения на кольцах, висы углом, согнувшись, прогнувшись. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.  **Личностные:** учатся нести ответствен-ность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 13.12 | | |  | |
| 43 | Вращение обруча. | Научатся выполнять разминку с обручами, вращение обруча, игровые упражнения  на реакцию и внимание. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.  **Личностные:** учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Демонстрировать технику вращения обруча. | 16.12 | | |  | |
| 44 | Подвижная игра «Медведь во бору». | Научатся играть в подвижную игру «Медведь во бору». | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.  **Личностные:** учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. | 18.12 | | |  | |
| 45 | Прыжки с поворотом на 180 градусов и 360. | Научатся выполнять прыжки с поворотом на 180 градусов и 360, упражнения на равновесие и внимание. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.  **Личностные:** учатся нести ответствен-ность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать технику прыжка в высоту спиной вперед | 20.12 | | |  | |
| 46 | Прыжки в высоту. Подвижные игры. | Научатся выполнять организующие команды. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.  **Личностные:** учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. | 23.12 | | |  | |
| 47 | Прыжки в высоту- совершенствование | Выполнять организующие команды. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействии с окружающими людьми.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Демонстрировать технику прыжка в высоту спиной вперед | 25.12 | | |  | |
| 48 | Контрольный урок:  прыжки в высоту. | Выполнять организующие команды. | **Регулятивные:** удерживать учебную задачу.  **Познавательные:** научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд  **Коммуникативные:**взаимодействовать друг с другом соблюдая правила безопасности  **Личностные:** адекватная мотивация учебной деятельности. | Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. | 27.12 | | |  | |
| 49 | Подвижные игры | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.  **Личностные:** учатся ответствен-ному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций | Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. | 28.12 | | |  | |
| 50 | Техника безопасности во время лыжных прогулок | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий. | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Характеризовать и демонстрировать технику равномерного передвижения на лыжах с палками «змейкой» | **III четверть** | | | |
| 13.01 | |  | |
| 51 | Передвижение на лыжах | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; передвигаться на лыжах с палками и без. | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Характеризовать и демонстрировать технику равномерного передвижения на лыжах с палками «змейкой» | 15.01 | |  | |
| 52 | Передвижение на лыжах. Игра «За мной» | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; передвигаться на лыжах с палками и без. | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Характеризовать и демонстрировать технику равномерного передвижения на лыжах с палками «змейкой» | 17.01 | |  | |
| 53 | Тестирование - передвижение на лыжах. | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; будут передвигаться на лыжах. | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные  правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ста-  вить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование*  *учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Характеризовать и демонстрировать технику равномерного передвижения на лыжах с палками «змейкой» | 20.01 | |  | |
| 54 | Передвижение на лыжах. Игра «Быстрый лыжник». | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; будут передвигаться на лыжах. | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Раскрывать роль и значение подвижных игр для укрепления здоровья, развития физических качеств, освоения спортивных игр, входящих в школьную программу. | 22.01 | |  | |
| 55 | Подъём «лесенкой». | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; научаться подъёму в гору «лесенкой» | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Характеризовать и демонстрировать технику равномерного передвижения на лыжах с палками «змейкой» | 24.01 | |  | |
| 56 | Подъём «лесенкой». Игра «Кто вперёд» | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; научаться подъёму «лесенкой» | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Характеризовать и демонстрировать технику равномерного передвижения на лыжах с палками «змейкой» | 27.01 | |  | |
| 57 | Тестирование – подъём «лесенкой» | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять подъём в гору «лесенкой» | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные  правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 29.01 | |  | |
| 58 | Спуск в основной стойке. | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; научаться спускаться с горы в основной стойке. | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 31.01 | |  | |
| 59 | Спуск в основной стойке. Игра «Кто со мной» | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; научаться спускаться с горы в основной стойке. | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 3.02 | |  | |
| 60 | Тестирование – спуск в основной стойке. | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; научаться спускаться с горы в основной стойке. | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные  правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ста-  вить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование*  *учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 5.02 | |  | |
| 61 | Техника поворота переступанием вокруг пяток лыж | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять поворот переступанием вокруг пяток лыж. | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 7.02 | |  | |
| 62 | Поворот переступанием вокруг пяток лыж. Эстафета. | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять поворот переступанием вокруг пяток лыж. | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 10.02 | |  | |
| 63 | Тестирование - поворот переступанием вокруг пяток лыж | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять поворот переступанием вокруг пяток лыж. | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные  правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ста-  вить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование*  *учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 12.02 | |  | |
| 64 | Техника скользящего шага на лыжах без палок | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять ступающий шаг на лыжах без палок, скользящий шаг на лыжах без палок, повороты | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Характеризовать технику скользящего хода и демонстрировать ее в условиях игровой и соревновательной деятельности. | 14.02 | |  | |
| 65 | Скользящий шаг на лыжах без палок . Эстафета. | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять ступающий шаг на лыжах без палок, скользящий шаг на лыжах без палок, | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Характеризовать технику скользящего хода и демонстрировать ее в условиях игровой и соревновательной деятельности.  Характеризовать возможности занятий подвижными играми в укреплении дружбы | 17.02 | |  | |
| 66 | Тестирование - скользящий шаг на лыжах без палок | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять ступающий шаг на лыжах без палок, | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные  правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ста-  вить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование*  *учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Характеризовать технику скользящего хода и демонстрировать ее в условиях игровой и соревновательной деятельности. | 19.02 | |  | |
| 67 | Движение змейкой на лыжах с палками | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять движение змейкой на лыжах с палками. | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Характеризовать и демонстрировать технику равномерного передвижения на лыжах двухшажным попеременным ходом. | 21.02 | |  | |
| 68 | Тестирование - движение змейкой на лыжах с палками | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять движение змейкой на лыжах с палками. | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные  правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ста-  вить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование*  *учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности. | 24.02 | |  | |
| 69 | Контрольный урок по лыжной подготовке | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять ступающий шаг на лыжах без палок, скользящий шаг на лыжах без палок, | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные  правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ста-  вить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование*  *учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. Совершенствовать технику выполнения ранее разученных беговых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях. | 26.02 | |  | |
| 70 | Техника лазанья по гимнастической скамейке | Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания по канату; научаться лазать по канату | **Регулятивные:** *осуществление учебных*  *действий* - выполнять учебные действия в материализованной форме; *коррекция -* вносить необходимые изменения и дополнения.  **Познавательные:** *общеучебные -* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *инициативное сотрудничество* - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь  для регуляции своего действия  **Личностные:** *Самоопределение —*  готовность и способность к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. | 28.02 | |  | |
| 71 | Лазанье по гимнастической скамейке | Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания по канату; научаться лазать по канату | **Регулятивные:** *планирование -* выбирать действия в соответствии с поставлен-ной задачей и условиями ее реализации.  **Познавательные:** *общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  **Коммуникативные:** *взаимодействие -*  слушать собеседника, формулировать  свои затруднения  **Личностные:** *нравственно-этическая ориентация -* навыки сотрудничества в разныхситуациях | Раскрывать роль и значение подвижных игр для укрепления здоровья, развития физических качеств, освоения спортивных игр, входящих в школьную программу. | 3.03 | |  | |
| 72 | Контрольный урок: лазанье по гимнастической скамейке | Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания по канату; научаться лазать по канату | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные  правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ста-  вить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование*  *учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. Совершенствовать технику выполнения ранее разученных беговых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях. | 5.03 | |  | |
| 73 | Подвижная игра «День – ночь» | Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время подвижной игры; научаться играть в подвижную игру «День и ночь» | **Регулятивные:** *коррекция* - адекватно  воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.  **Познавательные:** *общеучебные —* самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-  личного характера.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - оценивать собственное  поведение и поведение окружающих  **Личностные:** *смыслообразование —* мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя) | Раскрывать роль и значение подвижных игр для укрепления здоровья, развития физических качеств, освоения спортивных игр, входящих в школьную программу. Характеризовать возможности занятий подвижными играми в укреплении дружбы | 7.03 | |  | |
| 74 | Техника прыжка через скакалку «вперёд» | Выполнять прыжки через скакалку «вперёд» | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*  искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать  речь для планирования и регуляции  своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*  готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать технику прыжка в высоту спиной вперед  Характеризовать возможности занятий подвижными играми в укреплении дружбы | 12.03 | |  | |
| 75 | Контрольный урок: прыжки через скакалку «вперёд» | Контролировать и корректировать прыжки через скакалку «вперёд» | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. Совершенствовать технику выполнения ранее разученных беговых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях. | 14.03 | |  | |
| 76 | Подвижные игры. | Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время подвижной игры. | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Раскрывать роль и значение подвижных игр для укрепления здоровья, развития физических качеств, освоения спортивных игр, входящих в школьную программу. | 17.03 | |  | |
| 77 | Техника прыжка через скакалку «назад» | Выполнять прыжки через скакалку «назад» | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать  речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать технику прыжка в высоту спиной вперед | 19.03 | |  | |
| 78 | Прыжки через скакалку «назад» | Выполнять прыжки через скакалку «назад» | **Регулятивные:** *коррекция* - адекватно  воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.  **Познавательные:** *общеучебные —* самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-  личного характера.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих  **Личностные:** *смыслообразование —* мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя) | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. Совершенствовать технику выполнения ранее разученных беговых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях. | 21.03 | |  | |
| 79 | Контрольный урок: прыжки через скакалку «назад» | Контролировать и корректировать прыжки через скакалку «назад» | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные  правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование*  *учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. Совершенствовать технику выполнения ранее разученных беговых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях. | **IV четверть** | | | |
|  |  | | | |
| 80 | Подвижные игры со скакалкой. | Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время подвижной игры со скакалкой | **Регулятивные:** организация рабочего места с применением установленных правил.  **Познавательные:** использовать общие приемы решения задач.  **Коммуникативные:** владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.  **Личностные:** учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке. | Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности |  |  | | | |
| 81 | Техника прыжка со скакалкой с изменением темпа её вращения. | Выполнять прыжки со скакалкой с изменением темпа её вращения | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции  своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности |  |  | | | |
| 82 | Прыжки со скакалкой с изменением темпа её вращения. | Выполнять прыжки со скакалкой с изменением темпа её вращения | **Регулятивные:** *коррекция* - адекватно  воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.  **Познавательные:** *общеучебные —* самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-  личного характера.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих  **Личностные:** *смыслообразование —* мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя) | Демонстрировать технику прыжка в высоту спиной вперед  Характеризовать возможности занятий подвижными играми в укреплении дружбы |  |  | | | |
| 83 | Контрольный урок: прыжки со скакалкой с изменением темпа её вращения. | Контролировать и корректировать прыжки со скакалкой с изменением темпа её вращения | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать технику прыжка в высоту спиной вперед |  |  | | | |
| 84 | Техника приёма и передачи мяча при игре в волейбол | Научаться приёму и передачи мяча при игре в волейбол | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности |  |  | | | |
| 85 | Приём и передача мяча при игре в волейбол | Научаться приёму и передачи мяча при игре в волейбол | **Регулятивные:** *коррекция* - адекватно  воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.  **Познавательные:** *общеучебные —* самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-  личного характера.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - оценивать собственное  поведение и поведение окружающих  **Личностные:** *смыслообразование —* мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя) | Взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности  Характеризовать возможности занятий подвижными играми в укреплении дружбы |  |  | | | |
| 86 | Игра в волейбол | Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время игры в волейбол | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Раскрывать роль и значение подвижных игр для укрепления здоровья, развития физических качеств, освоения спортивных игр, входящих в школьную программу. |  |  | | | |
| 87 | Техника ведения и передачи мяча в футболе | Вести и передавать мяч в игре в футбол | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение -*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности |  |  | | | |
| 88 | Ведение и передача мяча в футболе. | Вести и передавать мяч в игре в футбол | **Регулятивные:** *коррекция* – адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.  **Познавательные:** *общеучебные —* самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих  **Личностные:** *смыслообразование —* мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя) | Взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности | 23.04 |  | | | |
| 89 | Удар ногой с разбега по неподвижному мячу | Выполнять удар ногой с разбега по неподвижному мячу | **Регулятивные:** *планирование -* составлять план и последовательность  действий.  **Познавательные:** *информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать технику прыжка в высоту спиной вперед |  |  | | | |
| 90 | Играем в футбол | Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время игры в футбол | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Раскрывать роль и значение подвижных игр для укрепления здоровья, развития физических качеств, освоения спортивных игр, входящих в школьную программу. |  |  | | | |
| 91 | Тестирование в челночном беге 3 ×10 м | Контролировать и корректировать челночный бег | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 92 | Тестирование прыжков в длину с места. | Контролировать и корректировать прыжки в длину с места | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 93 | Техника метания мяча в цель с 6 метров | Выполнять метание мяча в цель с 6 метров | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 94 | Тестирование наклонов вперёд. | Контролировать и корректировать наклоны вперёд | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование*  *учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 95 | Метание мяча в цель с 6 метров | Выполнять метание мяча в цель с 6 метров | **Регулятивные:** *коррекция* - адекватно  воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.  **Познавательные:** *общеучебные —* самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-  личного характера.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - оценивать собственное  поведение и поведение окружающих  **Личностные:** *смыслообразование —* мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя) | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 96 | Тестирование в подтягивании | Контролировать и корректировать подтягивание | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 97 | Тестирование в метании мяча в цель с 6 метров | Контролировать и корректировать метание | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 98 | Тестирование в беге на 30 метров | Контролировать и корректировать бег на 30 м | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленныеправила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 99 | Тестирование в беге на 60 метров | Контролировать и корректировать бег на 60 м | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ста-  вить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 100 | Тестирование в беге на 1000 метров | Контролировать и корректировать бег на 1000 м | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 101 | Полоса препятствий  Подвижные игры на свежем воздухе | Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время преодоления полосы препятствия | **Регулятивные:** *коррекция* – адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.  **Познавательные:** *общеучебные —* самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-  личного характера.  **Коммуникативные:** *управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих  **Личностные:** *смыслообразование —* мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя) | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |
| 102 | Итоговый урок «Малые олимпийские игры» | Контролировать и корректировать физическую силу и выносливость | **Регулятивные:** *контроль и самоконтроль —* использовать установленные правила в контроле способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные —* ставить и формулировать проблемы.  **Коммуникативные:** *планирование учебного сотрудничества —* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности  **Личностные:** *самоопределение —*готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать повышение результатов в показателях развития основных физических качеств. |  |  | | | |