1. **Календарно-тематический план реализации рабочей программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№Урока** | **Дата** | **Тема урока** | **Задачи урока** | **Характеристика****учебной деятельности учащихся** |
|  |  |  | Лёгкая атлетика и подвижные игры. 27ч. |  |
| 1 | **02.09** | Предупреждениетравматизма во время занятий физическими упражнениями. Правила по ТБ | 1. Познакомить с правилами предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.2. Повторить построение в шеренгу и колонну.3. Повторить подвижную игру «Волк во рву» | *Определять* и кратко *характеризовать* физическую культуру.*Определять* правила предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями. |
| 2 | **03.09** | История возникновения спортивных соревнований  | 1. Рассказать об истории возникновенияспортивных соревнований.2. Разучить перестроение из одной шеренги в две.3. Разучить ходьбу со сменой темпа по сигналу учителя.4. Повторить подвижную игру «Мышеловка» | *Иметь представление* об историиспортивных соревнований. *Пересказывать тексты* по истории физической культуры. *Выполнять* перестроение из одной шеренги в две. |
| 3. | 08.09 | История возникновения Олимпийских игр. | 1. Рассказать об истории возникновенияОлимпийских игр.2. Повторить перестроение из одной шеренги в две.3. Повторить ходьбу со сменой темпа. | Знать историю возникновения Олимпийских игр. Выполнять ходьбу в разном темпе.Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. |
| 4. | 09.09 | Ходьба на носках и пятках. | 1. Разучить перестроение из одной колонны в две.2. Разучить ходьбу на носках, на пятках.3. Повторить подвижную игру «Пустоеместо» | *Уметь* перестраиваться из одной колонны в две. *Осваивать* универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений |
| 5. | 10.09 | Чередование ходьбы и бега. | 1. Разучить чередование ходьбы и бега2. Повторить ходьбу на носках, пятках.3. Обучить бегу на носках.4. Повторить игру «Воробьи, вороны». | *Различать* и *выполнять строевые*команды: «Смирно!», «Вольно!»,«Шагом марш!» и др. *Описывать*технику беговых упражнений.  |
| 6. | 15.09 | Перешагивание через предметы. | 1. Обучить перешагиванию через предметы.2. Повторить чередование ходьбы и бега.3. Повторить бег на носках.4. Подвижная игра «Запрещенное движение». | *Осваивать* технику перешагивания через предметы. *Проявлять* координацию в игровой деятельности |
| 7. | 16.09 | Ходьба с высоким подниманием бедра. | 1. Повторить перешагивание через предметы.2. Обучить ходьбе с высоким подниманием бедра.3. Разучить подвижную игру «Мяч соседу». | Осваивать технику ходьбы с высоким подниманием бедра. Моделировать технику выполнения игровых действий |
| 8. | 17.09 | Бег широким шагом. | 1. Повторить ходьбу с высоким подниманием бедра.2. Разучить бег широким шагом.3. Повторить подвижную игру «Мяч соседу». | Выполнять ходьбу с высоким подниманием бедра. Описывать технику беговых упражнений. Осваивать технику бега. |
| 9,10 | 22.0923.09 | Прыжок в длину с места. | 1. Повторить бег широким шагом.2. Повторить прыжок в длину с места.3. Разучить прыжок с поворотом на 180°. | Осваивать технику бега широкимшагом. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координациипри выполнении беговых упражнений |
| 11. | 24.09 | Прыжок с поворотом на 180°. | 1. Разучить прыжок с поворотом на 180°.2. Повторить челночный бег 3х10 м.3. Повторить подвижную игру «Воробьи, вороны».4. Развивать координацию движений. | Проявлять координацию и быстроту во время выполнения челночногобега 3х10 м. Осваивать технику прыжка |
| 12. | 29.09 | Челночный бег 3x10м. | 1. Разучить прыжок с поворотом на 180°.2. Повторить челночный бег 3х10 м.3. Повторить подвижную игру «Воробьи, вороны».4. Развивать координацию движений. | Проявлять координацию и быстроту во время выполнения челночногобега 3х10 м. Осваивать технику прыжка |
| 13. | 30.09 | Профилактика нарушений осанки. | 1. Рассказать о профилактике нарушений осанки.2. Разучить комплекс упражнений, направленный на формирование правильной осанки.3. Повторить подвижную игру «Охотники и утки». | Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки.Моделировать комплексы упражнений с учётом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости |
| 14. | 01.10 | Упражнения, направленные на формирование правильной осанки. | 1. Повторить комплекс упражнений, направленный на формирование правильной осанки.2. Разучить метание теннисного мяча с 4 м в вертикальную цель.3. Разучить подвижную игру «Передал -садись». | Осваивать технику метания малого мяча. |
| 15. | 06.10 | Метание теннисного мяча в вертикальную цель. | 1. Повторить метание теннисного мяча ввертикальную цель с 4 м.2. Повторить отбивы резинового мяча двумя руками (диаметр 13–15 см).3. Повторить подвижную игру «Передал- садись». | Описывать технику метания теннисного мяча в цель. Выявлять характерные ошибки при выполнении метания в цель. Взаимодействовать в парах при выполнении технических действий в подвижных играх. |
| 16. | 07.10 | Отбивы резинового мяча двумя руками. | 1. Повторить метание теннисного мяча ввертикальную цель с 4 м.2. Повторить отбивы резинового мяча двумя руками (диаметр 13–15 см).3. Повторить подвижную игру «Передал- садись». | Описывать технику метания теннисного мяча в цель. Выявлять характерные ошибки при выполнении метания в цель. Взаимодействовать в парах при выполнении технических действий в подвижных играх. |
| 17. | 08.10 | Метание теннисного мяча в вертикальную цель с 4 м. | 1. Повторить метание теннисного мяча ввертикальную цель с 4 м.2. Повторить отбивы резинового мяча двумя руками (диаметр 13–15 см). | Взаимодействовать в парах при выполнении технических действий в подвижных играх. |
| 18. | 13.10 | Летние Олимпийские игры. | 1. Рассказать о видах спорта, включённыхв программу летних Олимпийских игр.2. Разучить отбивы резинового мяча одной рукой.3. Повторить подвижную игру «Два мороза». | Различать виды спорта, включённые в программу летних Олимпийских игр.Осваивать технику отбива мяча одной рукой |
| 19. | 14.10 | Метание теннисного мяча в горизонтальную цель | 1. Разучить метание теннисного мяча вгоризонтальную цель с 4 м.2. Повторить отбивы резинового мяча.3. Повторить подвижную игру «Волк во рву». | *Выявлять* характерные ошибкипри выполнении метания в горизонтальную цель. |
| 20. | 15.10 | Прыжки через скакалку. | 1. Разучить прыжки через скакалку.2. Повторить метание теннисного мяча вгоризонтальную цель с 4 м. | *Осваивать* технику выполненияпрыжков через скакалку. |
| 21,22. | 20.1021.10 | Метание теннисного мяча в горизонтальную цель с 4м. | 1.Повторить метание теннисного мяча вгоризонтальную цель с 4 м.2. Повторить отбивы резинового мяча.3. Повторить подвижную игру «Волк во рву». | *Выявлять* характерные ошибкипри выполнении метания в горизонтальную цель. |
| 23. | 22.10 | Броски набивного мяча от груди на дальность. | 1. Повторить прыжки через скакалку.2. Повторить бросок набивного мяча (0,5 кг) от груди на дальность.3. Разучить пробегание под длиннойвращающейся скакалкой.4. Развивать силу. | Осваивать технику бросков большого мяча. Проявлять силу в бросках набивного мяча от груди. Соблюдать правила техники безопасности при пробегании под вращающейся скакалкой |
| 24. | 27.10 | Прыжки через скакалку с продвижением вперёд. | 1. Разучить прыжки через скакалку спродвижением вперед.2. Повторить пробегание под длинной вращающейся скакалкой.3. Подвижная игра «Совушка». | Осваивать технику прыжков черезскакалку с продвижением вперёд |
| 25. | 28.10 | Преодоление препятствий. | 1. Преодолеть полосу препятствий с использованием элементов лёгкой атлетики.2. Развивать быстроту. Применять полученные умения в беге и прыжках в преодолении полосы препятствий. | Проявлять качества быстроты икоординации при выполнении упражнений |
| 26-27. | 29.1009.11 | Подвижные игры. | 1. Повторить подвижные игры по выбору учеников.2. Воспитывать взаимопомощь. | Общаться и взаимодействовать вигровой деятельности. |
|  |  |  | **Гимнастика с основами акробатики 24ч.** |  |
| 28. | 10.11 | Правила поведения на уроках гимнастики. | 1. Познакомить с правилами поведенияна уроках гимнастики.2. Разучить ходьбу на носках по перевёрнутой скамейке (ограниченная площадь опоры).3. Повторить подвижную игру «Запрещенное движение». | Знать и применять правила поведения на уроках гимнастики.Осваивать технику ходьбы на носках с ограниченной площадьюопоры. |
| 29 | 12.11 | Физическое развитие человека. | 1. Дать представление о физическом развитии человека.2. Повторить ходьбу на носках по перевернутой скамейке.3. Повторить положение упор присев.4. Разучить эстафету с обручами. | Иметь представление о физическом развитии человека. Характеризовать показатели физического развития |
| 30. | 16.11 | Влияние упражнений на физическое развитие человека.  | 1. Рассказать о влиянии упражнений нафизическое развитие человека2. Разучить ходьбу по перевёрнутой скамейке с перешагиванием через предметы.3. Повторить перекаты в группировкеВперёд-назад. | Понимать влияние упражнений нафизическое развитие человека.Осваивать технику ходьбы с перешагиванием через предметы.Выявлять характерные ошибки ввыполнении перекатов в группировке. |
| 31. | 17.11 | Перекаты в сторону. | 1. Повторить ходьбу по перевёрнутойскамейке через предметы.2. Обучить перекатам в сторону.3. Повторить эстафету с обручами. | Осваивать технику перекатов всторону. Проявлять качества координации при выполнен |
| 32. | 19.11 | Перекаты в группировке вперёд-назад. | 1. Повторить перекаты в сторону.2. Обучить перекатам вперед-назад 3. Повторить эстафету с обручами. | Осваивать технику перекатов всторону. Проявлять качества координации при выполнен |
| 33,34 | 23.1124.11 | Кувырок вперёд. | 1.Повторить перекаты в сторону.2. Обучить кувырку вперёд. | Выполнять перекаты в группировке |
| 35. | 26.11 | Лазание по гимнастической скамейке с переходом на гимнастическую стенку. | 1. Повторить кувырок вперёд.2. Обучить лазанью по гимнастическойскамейке с переходом на гимнастическую стенку.3. Подвижная игра «Передай мяч». | Осваивать технику кувырка вперёд. Осваивать технику лазанья по гимнастической стенке. |
| 36. | 30.11 | Лазание по скамейке и гимнастической стенке, одноимённым и разноимённым способом. | 1. Повторить лазанье по скамейке и гимнастической стенке, одноимённым иразноимённым способом.2. Совершенствовать кувырок вперёд.3. Подвижная игра «Гномы, великаны».4. Воспитывать внимание. | Выявлять типичные ошибки привыполнении кувырка вперёд. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении лазанья и кувырков. |
| 37. | 01.12 | Ходьба по наклонной скамейке (под углом 30°.). | 1. Разучить ходьбу по наклонной скамейке.2. Разучить комплекс упражнений соскакалкой.3. Подвижная игра «Запрещённое движение».4. Развивать гибкость. | *Выполнять* ходьбу по наклоннойскамейке. *Осваивать* комплекс упражнений со скакалкой. *Проявлять* качество гибкости при выполнении упражнений. |
| 38.  | 03.12 | Стойка на лопатках, согнув ноги. | 1. Обучить стойке на лопатках, согнувноги. 2. Повторить комплекс упражнений соскакалкой. 3. Разучить подвижную игру «Невод». | *Осваивать* технику выполнения стойки на лопатках, согнув ноги Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. |
| 39,40. | 07.1208.12 | Запрыгивание на горку матов. | 1. Обучить запрыгиванию на горку матов.2. Повторить стойку на лопатках, согнувноги.3. Повторить подвижную игру «Невод». | Выявлять типичные ошибки привыполнении стойки на лопатках,согнув ноги. Осваивать технику запрыгивания на горку матов. |
| 41. 42. | 10.1214.12 | Стойка на лопатках, выпрямив ноги. | 1. Повторить запрыгивание на горку матов.2. Обучить стойке на лопатках, выпрямив ноги.3. Повторить подвижную игру «Мышеловка». | Осваивать технику выполнениястойки на лопатках, выпрямив ноги |
| 43. | 15.12 | Вис лёжа на низкой перекладине. | 1. Повторить вис лёжа на низкой перекладине.2. Повторить стойку на лопатках, выпрямив ноги.3. Повторить подвижную игру «Запрещённое движение». | Выявлять типичные ошибки привыполнении стойки на лопатках,выпрямив ноги. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. |
| 44. | 17.12 | Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине. | 1 Обучить подтягиванию из виса лёжана низкой перекладине.2. Повторить перелезание через горкуматов. 3. Подвижная игра «Охотники и утки».4. Развивать силу. | Выполнять подтягивание на низкой перекладине. Проявлять качество силы при выполнении подтягивания |
| 45. | 21.12 | Переползание в упоре на коленях, опираясь на предплечья. | 1. Обучить переползанию по полу в упоре на коленях, опираясь на предплечья | Осваивать технику переползания вупоре на коленях. |
| 46. | 22.12 | Переползание по полу под натянутой скакалкой. | 1. Повторить подтягивание на низкойперекладине.2. Повторить подвижную игру«Совушка». | *Взаимодействовать* в парах игруппах в подвижных играх. |
| 47. | 24.12 | Перелезание через горку матов. | 1. Обучить перелезанию через горку матов | Осваивать технику перелезания через горку матов |
| 48. | 28.12 | Прыжки через скакалку с продвижением вперёд. | 1. Повторить прыжки через скакалку спродвижением вперед.2. Повторить пробегание под длинной вращающейся скакалкой.3. Подвижная игра «Совушка». | Осваивать технику прыжков черезскакалку с продвижением вперёд |
| 49. | 29.12 | Полоса препятствий. | 1. Повторить переползание по полу поднатянутой скакалкой.2. Полоса препятствий с элементами акробатики и гимнастики.3. Подвижная игра «Невод». | *Применять навыки*, полученныена уроках гимнастики в преодолении полосы препятствий. |
| 50- | 13.01 | Подвижные игры. | 1. Подвижные игры по выбору учеников2. Воспитывать выносливость. | Общаться и взаимодействовать вигровой деятельности |
|  |  |  | **Лыжная подготовка** и подвижные игры на воздухе. 30ч |  |
| 51 | 15.01 | Техника безопасности на уроках лыжной подготовки.Правила поведения на уроках по лыжной подготовке. | 1. Рассказать о правилах поведения науроках по лыжной подготовке.2. Разучить построение в одну шеренгу слыжами в руках.3. Повторить передвижение скользящим шагом без палок. | Знать технику безопасности на занятиях лыжной подготовкой.Определять состав спортивной одежды. Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. |
| 52,53. | 18.0120.01 | Поворот переступанием вокруг пяток. | 1. Совершенствовать передвижениескользящим шагом без палок.2. Повторить поворот переступаниемвокруг пяток.3. Игра на лыжах «Воротца». | Осваивать технику скользящего шага без палок. Выявлять характерные ошибки выполнения лыжных ходов |
| 54. | 22.01 | Поворот переступанием вокруг носков лыж. | 1. Повторить поворот переступаниемвокруг носков лыж.2. Повторить передвижение скользящим шагом с палками.3. Повторить игру «Воротца». | Осваивать технику поворотов переступанием на месте. Проявлять координацию при выполнении поворотов. |
| 55. | 25.01 | Передвижение скользящим шагом без палок. | 1. Совершенствовать скользящий шаг безпалок.2. Равномерное передвижение скользящим шагом до 500 м.3. Игра «Снежком в цель». | Выполнять передвижение скользящим шагом. Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций |
| 56. | 27.01 | Передвижение скользящим шагом с палками. | 1. Совершенствовать скользящий шаг спалками.2. Равномерное передвижение скользящим шагом до 500 м.3. Игра «Снежком в цель». | Выполнять передвижение скользящим шагом. Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций |
| 57. 58. | 29.0101.02 | Спуск в основной стойке. | 1. Повторить основную стойку лыжника.2. Повторить спуск в основной стойке снебольшого уклона.3. Повторить подъём ступающим шагом. | Выявлять типичные ошибки в технике выполнения основной стойкилыжника. |
| 59. | 03.02 | Спуск в низкой стойке. | 1. Обучить низкой стойке лыжника.2. Обучить спуску в низкой стойке.3. Совершенствовать подъём в уклонступающим шагом. | Осваивать технику спуска в низкой стойке. Проявлять координацию при выполнении спуска. |
| 60 | 05.02 | Подъём в уклон скользящим шагом. | 1. Повторить спуск в низкой стойке.2. Повторить подъём скользящим шагом.3. Равномерное передвижение скользящим шагом до 700 м. | Выявлять типичные ошибки в технике подъёма скользящим шагом |
| 61. 62,63 | 08.0210.0212.02 | Подъём «лесенкой». | 1. Обучить подъёму «Лесенкой» в уклон.2. Совершенствовать спуск в низкойстойке.3. Развивать силу. | Осваивать технику подъема «лесенкой». Моделировать технику базовых способов подъёма и спуска. |
| 64. 65. | 15.0217.02 | Равномерное передвижение. | 1. Повторить подъём «лесенкой».2. Равномерное передвижение скользящим шагом до 700 м.3. Воспитывать выносливость. | Проявлять выносливость во времяпередвижения на лыжах по дистанции. |
| 66,67. | 19.0222.02 | Подвижная игра на лыжах «Быстрый лыжник»  | 1. Совершенствовать подъём «лесенкой».2. Разучить подвижную игру «Быстрыйлыжник».3. Развивать быстроту. | Выявлять типичные ошибки в технике подъёма «лесенкой». |
| 68. | 24.02 | Торможение падением. | 1. Повторить торможение падением на бок.2. Повторить подвижную игру «Быстрый лыжник».3. Равномерное передвижение до 800 м. | Применять навыки торможенияпадением на бок при спуске с пологого склона. Проявлять выносливость при прохождении дистанции |
| 69 | 26.02 | Равномерное передвижение до 800м. | 1. Повторить подъём «лесенкой».2. Равномерное передвижение скользящим шагом до 700 м.3. Воспитывать выносливость. | Проявлять выносливость во времяпередвижения на лыжах по дистанции. |
| 70 | 29.02 | Зимние Олимпийские игры. СОЧИ 2014  | 1. Рассказать о видах спорта, включённыхв программу зимних Олимпийских игр.2. Повторить повороты на месте переступанием | Иметь представления о видахспорта, включённых в программузимних Олимпийских игр. Излагать правила и условия проведенияигры |
| 71, 72 | 02.0304.03 | Эстафеты и подвижные игры.. | 1. Повторить изученные на уроках игрыи эстафеты на лыжах и санках. | Применять навыки, полученныена уроках по лыжной подготовке виграх и эстафетах. |
| 73,74 | 09.0311.03 | Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах. | 1. Повторить торможение падением наспуске с небольшого склона2. Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах.3. Воспитывать выносливость. | Применять навыки торможенияпадением на бок при спуске с небольшого склона. Проявлять координацию и выносливость при торможении падением |
| 75,76 | 14.0316.03 | Совершенствование спусков и подъёмов. | 1. Спуск через «воротца» без палок.2. Совершенствование подъёмов изученными способами.3. Развивать силу. | Применять навыки спуска с небольшого склона и подъёма в уклон |
| 77,78 | 18.0321.03 | Эстафеты и подвижные игры. | 1. Повторить изученные на уроках игрыи эстафеты на лыжах и санках. | Применять навыки, полученныена уроках по лыжной подготовке виграх и эстафетах. |
| 79,80,81 |  | Подвижные игры. | 1. Подвижные игры по выбору учеников2. Воспитывать выносливость. | Общаться и взаимодействовать вигровой деятельности |
|  |  |  | **Лёгкая атлетика и подвижные игры. 21ч.** |  |
| 82 |  | Техника безопасности на уроках. Способы закаливания. | 1. Познакомить с простейшими способами закаливания.2. Разучить размыкание приставнымишагами в шеренге.3. Повторить бег с изменением направления.4. Подвижная игра «Совушка». | Иметь представление о закаливающих процедурах и их влиянии на организм. Оценивать своё состояние (ощущения) после закаливающих процедур. |
| 83 |  | Ходьба противоходом. | 1. Повторить размыкание приставнымишагами в шеренге.2. Разучить ходьбу противоходом.3. Подвижная игра «Волк во рву». | Выполнять размыкание приставными шагами в шеренге. Осваиватьтехнику ходьбы противоходом. |
| 84 |  | Смыкание приставными шагами в шеренге. | 1. Разучить смыкание приставными шагами в шеренге. | Выполнять ходьбу противоходом. |
| 85 |  | Размыкание приставными шагами в шеренге. | 1. Повторить ходьбу противоходом.2. Повторить подвижную игру «Воробьи, вороны». | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации ипроведении подвижных игр |
| 86 |  | Влияние занятий физической культурой на воспитание характера человека. | 1. Рассказать о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека.2. Ходьба в полуприседе и приседе.3. Подвижная игра «Мышеловка». | Иметь представление о влияниизанятий физической культурой навоспитание характера человека.Понимать и раскрыать связь физической культуры с трудовой деятельностью человека. |
| 87,88 |  | Прыжки с высоты. | 1. Обучить спрыгиванию с препятствиявысотой до 40 см.2. Повторить прыжки через скакалку.3. Подвижная игра «Запрещённое движение». | Осваивать технику мягкого приземления. Описывать техникупрыжковых упражнений. |
| 89 |  | Спрыгивание с препятствия высотой 40 см. | 1. Обучить спрыгиванию с препятствиявысотой до 40 см.2. Повторить прыжки через скакалку.3. Подвижная игра «Запрещённое движение». | Осваивать технику мягкого приземления. Описывать техникупрыжковых упражнений. |
| 90 |  | Прыжок в длину с разбега. | 1. Повторить спрыгивание с препятствия высотой 40 см.2. Обучить прыжку в длину с разбега.3. Повторить подвижную игру «Вызовномеров». | Осваивать технику прыжка в длину с 5–6 шагов разбега. Соблюдать правила техники безопасности привыполнении прыжковых упражнений. |
| 91 |  | Прыжки через скакалку на одной ноге. | 1. Разучить комплекс упражнений, направленный на развитие прыгучести.2. Разучить прыжки через скакалку наодной ноге. | Выявлять типичные ошибки в технике прыжка в длину с разбега.Осваивать технику прыжков черезскакалку на одной ноге. |
| 92 |  | Прыжок в высоту с разбега. | 1. Повторить комплекс упражнений, направленный на развитие прыгучести.2. Повторить прыжки через скакалку наодной ноге.3. Обучить прыжку в высоту с разбега. | Осваивать технику прыжка в высоту с разбега. Проявлять качества быстроты, выносливости, координации при выполнении прыжковыхупражнений. |
| 93 |  | Прыжки-многоскоки. | 1. Повторить прыжок в высоту с разбега.Обучить прыжкам -многоскокам.2. Повторить подвижную игру «Пустоеместо». | Выявлять типичные ошибки в технике прыжка в высоту с разбега. Осваивать технику прыжков- многоскоков. |
| 94 |  | Метание теннисного мяча на дальность. | 1. Повторить метание теннисного мячана дальность.2. Разучить комплекс упражнений, направленный на развитие координационных способностей.3. Повторить подвижную игру «Охотники и утки». | Совершенствовать технику метания на дальность. Моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств. |
| 95 |  | Метание теннисного мяча на заданное расстояние. | 1. Повторить метание теннисного мячана заданное расстояние.2. Повторить метание теннисного мячана дальность.3. Повторить подвижную игру «Невод». | Совершенствовать технику метания на заданное расстояние. Проявлять качества силы, быстроты икоординации при метании малогомяча. |
| 96 |  | Бросок набивного мяча (0,5кг) от груди на дальность. | 1. Повторить бросок набивного мяча отгруди на дальность. | Выявлять типичные ошибки в технике броска набивного мяча от |
| 97 |  | Бег на 30м. | 1. Повторить положение «высокогостарта».2. Повторить бег на 30 м на время.3. Повторить подвижную игру «Пингвины с мячом». | Совершенствовать технику бега накороткие дистанции. Осваиватьтехнику бега различными способами. |
| 98 |  | Ведение резинового мяча одной рукой. | 1. Разучить комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости.2. Разучить ведение резинового мяча одной рукой.3. Разучить задания с элементами спортивных игр. | Выполнять комплексы упражнений, направленные на развитиеразличных физических качеств.Осваивать технические действияиз спортивных игр. |
| 99 |  | Элементы спортивных игр. | 1. Разучить комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости.2. повторить ведение резинового мяча одной рукой.3. Разучить задания с элементами спортивных игр. | Выполнять комплексы упражнений, направленные на развитиеразличных физических качеств.Осваивать технические действияиз спортивных игр. |
| 100 |  | Совершенствование элементов спортивных игр. | 1. Повторить комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости.2. Повторить задания с элементамиспортивных игр.3. Подвижная игра «Воробьи, вороны». | Выполнять элементы спортивныхигр. Моделировать техническиедействия в игровой деятельности. |
| 101102 |  | Подвижные игры и эстафеты. | 1. Повторить подвижные игры и эстафеты по выбору учеников. | Общаться и взаимодействовать вигровой деятельности. Осваиватьуниверсальные умения управлятьэмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. |