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** | Предупреждение  травматизма 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 возникновения  спортивных 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 истории  спортивных 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 возникновения  Олимпийских 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 «Пустое  место» | *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 бега  2. 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 | 22.09  23.09 | 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 широким  шагом. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации  при 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 челночного  бега 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 челночного  бега 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 в  вертикальную 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 в  вертикальную 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 в  вертикальную 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, включённых  в 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 в  горизонтальную цель с 4 м.  2. Повторить отбивы резинового мяча.  3. Повторить подвижную игру «Волк во рву». | *Выявлять* характерные ошибки  при выполнении метания в горизонтальную цель. |
| 20. | 15.10 | Прыжки через скакалку. | 1. Разучить прыжки через скакалку.  2. Повторить метание теннисного мяча в  горизонтальную цель с 4 м. | *Осваивать* технику выполнения  прыжков через скакалку. |
| 21,22. | 20.10  21.10 | Метание теннисного мяча в горизонтальную цель с 4м. | 1.Повторить метание теннисного мяча в  горизонтальную цель с 4 м.  2. Повторить отбивы резинового мяча.  3. Повторить подвижную игру «Волк во рву». | *Выявлять* характерные ошибки  при 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 длинной  вращающейся 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 с  продвижением вперед.  2. Повторить пробегание под длинной вращающейся скакалкой.  3. Подвижная игра «Совушка». | Осваивать технику прыжков через  скакалку 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 и  координации при выполнении упражнений |
| 26-27. | 29.10  09.11 | Подвижные игры. | 1. Повторить подвижные игры по выбору учеников.  2. Воспитывать взаимопомощь. | Общаться и взаимодействовать в  игровой деятельности. |
|  |  |  | **Гимнастика с основами акробатики 24ч.** |  |
| 28. | 10.11 | Правила поведения на уроках гимнастики. | 1. Познакомить с правилами поведения  на 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 площадью  опоры. |
| 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 на  физическое развитие человека  2. Разучить ходьбу по перевёрнутой скамейке с перешагиванием через предметы.  3. Повторить перекаты в группировке  Вперёд-назад. | Понимать влияние упражнений на  физическое развитие человека.  Осваивать технику ходьбы с перешагиванием через предметы.  Выявлять характерные ошибки в  выполнении перекатов в группировке. |
| 31. | 17.11 | Перекаты в сторону. | 1. Повторить ходьбу по перевёрнутой  скамейке через предметы.  2. Обучить перекатам в сторону.  3. Повторить эстафету с обручами. | Осваивать технику перекатов в  сторону. 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 в  сторону. Проявлять качества координации при выполнен |
| 33,34 | 23.11  24.11 | 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 гимнастической  скамейке 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 и  разноимённым способом.  2. Совершенствовать кувырок вперёд.  3. Подвижная игра «Гномы, великаны».  4. Воспитывать внимание. | Выявлять типичные ошибки при  выполнении 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 со  скакалкой.  3. Подвижная игра «Запрещённое движение».  4. Развивать гибкость. | *Выполнять* ходьбу по наклонной  скамейке. *Осваивать* комплекс упражнений со скакалкой. *Проявлять* качество гибкости при выполнении упражнений. |
| 38. | 03.12 | Стойка на лопатках, согнув ноги. | 1. Обучить стойке на лопатках, согнув  ноги. 2. Повторить комплекс упражнений со  скакалкой. 3. Разучить подвижную игру «Невод». | *Осваивать* технику выполнения стойки на лопатках, согнув ноги  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. |
| 39,40. | 07.12  08.12 | Запрыгивание на горку матов. | 1. Обучить запрыгиванию на горку матов.  2. Повторить стойку на лопатках, согнув  ноги.  3. Повторить подвижную игру «Невод». | Выявлять типичные ошибки при  выполнении стойки на лопатках,  согнув ноги. Осваивать технику запрыгивания на горку матов. |
| 41. 42. | 10.12  14.12 | 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 выполнения  стойки 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 при  выполнении 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 лёжа  на низкой перекладине.  2. Повторить перелезание через горку  матов. 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 в  упоре на коленях. |
| 46. | 22.12 | Переползание по полу под натянутой скакалкой. | 1. Повторить подтягивание на низкой  перекладине.  2. Повторить подвижную игру  «Совушка». | *Взаимодействовать* в парах и  группах 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 с  продвижением вперед.  2. Повторить пробегание под длинной вращающейся скакалкой.  3. Подвижная игра «Совушка». | Осваивать технику прыжков через  скакалку с продвижением вперёд |
| 49. | 29.12 | Полоса препятствий. | 1. Повторить переползание по полу под  натянутой скакалкой.  2. Полоса препятствий с элементами акробатики и гимнастики.  3. Подвижная игра «Невод». | *Применять навыки*, полученные  на уроках гимнастики в преодолении полосы препятствий. |
| 50- | 13.01 | Подвижные игры. | 1. Подвижные игры по выбору учеников  2. Воспитывать выносливость. | Общаться и взаимодействовать в  игровой 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 на  уроках по лыжной подготовке.  2. Разучить построение в одну шеренгу с  лыжами 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. | 18.01  20.01 | Поворот переступанием вокруг пяток. | 1. Совершенствовать передвижение  скользящим шагом без палок.  2. Повторить поворот переступанием  вокруг 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 переступанием  вокруг 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 без  палок.  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 с  палками.  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. | 29.01  01.02 | Спуск в основной стойке. | 1. Повторить основную стойку лыжника.  2. Повторить спуск в основной стойке с  небольшого уклона.  3. Повторить подъём ступающим шагом. | Выявлять типичные ошибки в технике выполнения основной стойки  лыжника. |
| 59. | 03.02 | Спуск в низкой стойке. | 1. Обучить низкой стойке лыжника.  2. Обучить спуску в низкой стойке.  3. Совершенствовать подъём в уклон  ступающим 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 | 08.02  10.02  12.02 | Подъём «лесенкой». | 1. Обучить подъёму «Лесенкой» в уклон.  2. Совершенствовать спуск в низкой  стойке.  3. Развивать силу. | Осваивать технику подъема «лесенкой». Моделировать технику базовых способов подъёма и спуска. |
| 64. 65. | 15.02  17.02 | Равномерное передвижение. | 1. Повторить подъём «лесенкой».  2. Равномерное передвижение скользящим шагом до 700 м.  3. Воспитывать выносливость. | Проявлять выносливость во время  передвижения на лыжах по дистанции. |
| 66,67. | 19.02  22.02 | Подвижная игра на лыжах «Быстрый лыжник» | 1. Совершенствовать подъём «лесенкой».  2. Разучить подвижную игру «Быстрый  лыжник».  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 торможения  падением 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 время  передвижения на лыжах по дистанции. |
| 70 | 29.02 | Зимние Олимпийские игры. СОЧИ 2014 | 1. Рассказать о видах спорта, включённых  в программу зимних Олимпийских игр.  2. Повторить повороты на месте переступанием | Иметь представления о видах  спорта, включённых в программу  зимних Олимпийских игр. Излагать правила и условия проведения  игры |
| 71, 72 | 02.03  04.03 | Эстафеты и подвижные игры.. | 1. Повторить изученные на уроках игры  и эстафеты на лыжах и санках. | Применять навыки, полученные  на уроках по лыжной подготовке в  играх и эстафетах. |
| 73,74 | 09.03  11.03 | Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах. | 1. Повторить торможение падением на  спуске с небольшого склона  2. Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах.  3. Воспитывать выносливость. | Применять навыки торможения  падением на бок при спуске с небольшого склона. Проявлять координацию и выносливость при торможении падением |
| 75,76 | 14.03  16.03 | 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 | 18.03  21.03 | Эстафеты и подвижные игры. | 1. Повторить изученные на уроках игры  и эстафеты на лыжах и санках. | Применять навыки, полученные  на уроках по лыжной подготовке в  играх и эстафетах. |
| 79,80,81 |  | Подвижные игры. | 1. Подвижные игры по выбору учеников  2. Воспитывать выносливость. | Общаться и взаимодействовать в  игровой деятельности |
|  |  |  | **Лёгкая атлетика и подвижные игры. 21ч.** |  |
| 82 |  | Техника безопасности на уроках. Способы закаливания. | 1. Познакомить с простейшими способами закаливания.  2. Разучить размыкание приставными  шагами 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 приставными  шагами в шеренге.  2. Разучить ходьбу противоходом.  3. Подвижная игра «Волк во рву». | Выполнять размыкание приставными шагами в шеренге. Осваивать  технику 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 и  проведении 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 влиянии  занятий физической культурой на  воспитание характера человека.  Понимать и раскрыать связь физической культуры с трудовой деятельностью человека. |
| 87,88 |  | Прыжки с высоты. | 1. Обучить спрыгиванию с препятствия  высотой до 40 см.  2. Повторить прыжки через скакалку.  3. Подвижная игра «Запрещённое движение». | Осваивать технику мягкого приземления. Описывать технику  прыжковых упражнений. |
| 89 |  | Спрыгивание с препятствия высотой 40 см. | 1. Обучить спрыгиванию с препятствия  высотой до 40 см.  2. Повторить прыжки через скакалку.  3. Подвижная игра «Запрещённое движение». | Осваивать технику мягкого приземления. Описывать технику  прыжковых 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 «Вызов  номеров». | Осваивать технику прыжка в длину с 5–6 шагов разбега. Соблюдать правила техники безопасности при  выполнении прыжковых упражнений. |
| 91 |  | Прыжки через скакалку на одной ноге. | 1. Разучить комплекс упражнений, направленный на развитие прыгучести.  2. Разучить прыжки через скакалку на  одной ноге. | Выявлять типичные ошибки в технике прыжка в длину с разбега.  Осваивать технику прыжков через  скакалку на одной ноге. |
| 92 |  | Прыжок в высоту с разбега. | 1. Повторить комплекс упражнений, направленный на развитие прыгучести.  2. Повторить прыжки через скакалку на  одной ноге.  3. Обучить прыжку в высоту с разбега. | Осваивать технику прыжка в высоту с разбега. Проявлять качества быстроты, выносливости, координации при выполнении прыжковых  упражнений. |
| 93 |  | Прыжки-многоскоки. | 1. Повторить прыжок в высоту с разбега.  Обучить прыжкам -многоскокам.  2. Повторить подвижную игру «Пустое  место». | Выявлять типичные ошибки в технике прыжка в высоту с разбега. Осваивать технику прыжков- многоскоков. |
| 94 |  | Метание теннисного мяча на дальность. | 1. Повторить метание теннисного мяча  на 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 мяча  на заданное расстояние.  2. Повторить метание теннисного мяча  на дальность.  3. Повторить подвижную игру «Невод». | Совершенствовать технику метания на заданное расстояние. Проявлять качества силы, быстроты и  координации при метании малого  мяча. |
| 96 |  | Бросок набивного мяча (0,5кг) от груди на дальность. | 1. Повторить бросок набивного мяча от  груди на дальность. | Выявлять типичные ошибки в технике броска набивного мяча от |
| 97 |  | Бег на 30м. | 1. Повторить положение «высокого  старта».  2. Повторить бег на 30 м на время.  3. Повторить подвижную игру «Пингвины с мячом». | Совершенствовать технику бега на  короткие дистанции. Осваивать  технику 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 развитие  различных физических качеств.  Осваивать технические действия  из 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 развитие  различных физических качеств.  Осваивать технические действия  из спортивных игр. |
| 100 |  | Совершенствование элементов спортивных игр. | 1. Повторить комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости.  2. Повторить задания с элементами  спортивных игр.  3. Подвижная игра «Воробьи, вороны». | Выполнять элементы спортивных  игр. Моделировать технические  действия в игровой деятельности. |
| 101  102 |  | Подвижные игры и эстафеты. | 1. Повторить подвижные игры и эстафеты по выбору учеников. | Общаться и взаимодействовать в  игровой деятельности. Осваивать  универсальные умения управлять  эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. |