**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема урока** | **Основное содержание темы, термины и понятия** | **Характеристика основных видов деятельности. Освоение предметных знаний** | **Формируемые УУД** |  | |
| **Календарные сроки** | |  |
|  | |
| **План** | **факт** |
| **I четверть 26 часов** | | | | | | |
| 1 | Урок познавательная минутка. Безопасное поведение на уроках | Правила по  ведения.  Шеренга.  Колонна.  Гимнастика.  Упражнение.  Техника  безопасности | Ориентироваться в понятии «физическая культура»; характеризовать роль и значение уроков физической культуры, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма | *Регулятивные:**целеполагание* - формулировать и удерживать учебную задачу;  *планирование* - выбирать действия  в соответствии с поставленной задачей  и условиями ее реализации.  *Познавательные:**общеучебные -* использовать общие приемы решения по-  ставленных задач; определять и кратко  характеризовать физическую культуру  как занятия физическими упражнениями,  подвижными и спортивными играми.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - ставить вопросы, обращаться за помощью | 2.09 |  |
| 2 | Урок-путешествие. Перекаты и группировка | Разминка с мешочками; перекаты вправо-влево, группировка, подвижная игра «Передача мяча в тоннеле» | Держать группировку; выполнять упражнения на матах (перекаты вправо-влево), разминку с мешочками; играть в подвижную игру «Передача мяча в тоннеле»; соблюдать правила взаимодействия с игроками | *Регулятивные:**целеполагание* - формулировать и удерживать учебную задачу.  *Познавательные:**общеучебные -* использовать общие приемы решения поставленных задач.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество -* ставить вопросы, обращаться за помощью; *взаимодействие -*  формулировать собственное мнение | 4.09 |  |
| 3 | Спортивный калейдоскоп. Техника бега на 30 м с высокого старта на время | Беговая разминка, техника высокого старта, тестирование (бег на 30 м  с высокого старта), подвижная игра «Салки  с домом» | Выполнять беговую разминку, бег с высокого старта; играть в подвижную игру «Салки с домом»; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе) | *Регулятивные:**планирование -* выбирать действия в соответствии с постав-  ленной задачей и условиями ее реализации.  *Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач | 7.09 |  |
| 4 | Урок-игра. Челночный бег 3\*10 м  на время | Строевые команды; беговая разминка; техника высокого старта | Выполнять усложненный вариант беговой разминки, движения под чтение специальных стихотворений; играть в подвижную игру «Гуси-лебеди»; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями | *Регулятивные:**целеполагание* - формулировать и удерживать учебную задачу.  *Познавательные:**общеучебные* - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - ставить вопросы, обращаться за помощью; *взаимодействие —*  формулировать собственное мнение  и позицию | 9.09 |  |
| 5 | Спортивный марафон. Перекаты и группировка | Перекаты, группировка | Держать группировку, выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево, разминку с мешочками; играть в подвижную игру «Передача мяча в тоннеле» | *Регулятивные:**планирование —* применять установленные правила в планировании способа решения задачи.  *Познавательные:**общеучебные -* контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений.  *Коммуникативные:**планирование*  *учебного сотрудничества* — задавать  вопросы, обращаться за помощью | 11.09 |  |
| 6 | Урок-игра. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физической подготовки | Закаливание, физическая подготовка | Ориентироваться в понятиях «общая» и «специальная физическая подготовка»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе); соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями | *Регулятивные:**планирование —* применять установленные правила в планировании способа решения задачи.  *Познавательные:**общеучебные -* контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений.  *Коммуникативные:*планирование  учебного сотрудничества — задавать  вопросы, обращаться за помощью | 14.09 |  |
| 7 | Урок-викторина «Техника метания мяча (мешочка) на дальность» | Теннисный мяч | Знают,как возникла физическая культура в Древнем мире.  Научатся выполнять разминку в движении, метание мешочка (мяча) на дальность, упражнения на равновесие; играть в подвижную игру «Жмурки»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные: целеполагание —* формулировать учебные задачи вместе  с учителем; *коррекция —* вносить изменения в план действия.  *Познавательные:* *общеучебные —* определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать  проблемы.  *Коммуникативные:* *планирование*  *учебного сотрудничества —* задавать  вопросы; *управление коммуникацией —*  координировать и принимать различные  позиции во взаимодействии | 16.09 |  |
| 8 | Спортивный марафон «Усложненные перекаты» | Перекаты | Выполнять усложненный вариант перекатов, упражнения на матах с мешочками, на внимание, для мышц живота | *Регулятивные:**планирование -* выполнять действия в соответствии с постав-  ленной задачей и условиями ее реализации.  *Познавательные:**знаково-символические -* использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество —* ставить вопросы, обращать за помощью, слушать собеседника | 18.09 |  |
| 9 | Урок-викторина «Ритм и темп. Виды ритма и темпа» | Темп, ритм. | Понимать отличия разных способов передвижения; ориентироваться в понятиях «темп» и «ритм»; метать мешочек (мяч) на дальность; играть в подвижную игру «Гуси-лебеди» | *Регулятивные:* *целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную.  *Познавательные:* *общеучебные* — осознанно строить сообщения в устной  форме.  *Коммуникативные:* *взаимодействие —*  задавать вопросы, формулировать свою  позицию | 21.09 |  |
| 10 | Спортивный калейдоскоп. Режим дня и личная гигиена человека | Режим дня, гигиена человека | Ориентироваться в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «Два Мороза» | *Регулятивные:* *целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную.  *Познавательные:* *общеучебные* — осознанно строить сообщения в устной  форме.  *Коммуникативные:* *взаимодействие —*  задавать вопросы, формулировать свою  позицию | 23.09 |  |
| 11 | Спортивный калейдоскоп «Усложненные перекаты» | Перекаты | Выполнять усложненный вариант перекатов, упражнения на матах с мешочками, на внимание, для мышц живота; | *Регулятивные:* *контроль и самоконтроль —* сличать способ действия и его  результат с заданным эталоном с целью  обнаружения отклонений и отличий  от эталона.  *Познавательные:* *общеучебные -* ориентироваться в разнообразии способов  решения задач.  *Коммуникативные:* *инициативное сотрудничество* — формулировать свои  Затруднения | 25.09 |  |
| 12 | Спортивный калейдоскоп. Прыжки и их разновидности | Прыжок, старт, пульс | Подбирать наиболее удобный для себя ритм и темп бега; выполнять различные виды прыжков, упражнения на расслабление рук, строевые упражнения; играть в подвижную игру «Два Мороза»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные:**целеполагание* - формулировать и удерживать учебную задачу.  *Познавательные:**общеучебные* - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - ставить вопросы, обращаться за помощью; *взаимодействие —*  формулировать собственное мнение  и позицию | 28.09 |  |
| 13 | Режим дня и личная гигиена человека и образ жизни | Режим дня, гигиена человека | Ориентироваться в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «Два Мороза» | *Регулятивные:**целеполагание - удер*живать учебную задачу; *осуществление*  *учебных действий* — использовать речь  для регуляции своего действия; *коррекция -* вносить изменения в способ  действия.  *Познавательные:**общеучебные -* ориентироваться в разнообразии способов  решения задач.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - проявлять активность  во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач. | 30.09 |  |
| 14 | Кувырок вперед | Кувырок | Выполнять упражнения с массажными мячами, кувырок вперед; проходить круговую тренировку; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные:**целеполагание - удер*живать учебную задачу; *осуществление*  *учебных действий* — использовать речь  для регуляции своего действия; *коррекция -* вносить изменения в способ  действия.  *Познавательные:**общеучебные -* ориентироваться в разнообразии способов  решения задач.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - проявлять активность  во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач. | 2.10 |  |
| 15 | Броски малого мяча в горизонтальную цель | Теннисный мяч, цель, техника метания | Выполнять броски мяча в горизонтальную цель, разминку с малыми мячами; играть в подвижную игру «Охотник и зайцы»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | **Регулятивные:** *коррекция* - вносить  коррективы в выполнение правильных  действий упражнений; сличать способ  действия с заданным эталоном.  **Познавательные:** *общеучебные -* ста-  вить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы  решения задач.  **Коммуникативные:** *инициативное сотрудничество -* обращаться за помощью;  *взаимодействие -* строить монологическое высказывание, вести устный диалог | 5.10 |  |
| 16 | Урок веселой игры. Русские народные подвижные игры. | Различные  названия игр. Что такое правила? | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *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 | 7.10 |  |
| 17 | Кувырок вперед | Кувырок вперед | Выполнять разминку со стихотворным сопровождением и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка» | *Регулятивные:* *целеполагание* — удерживать познавательную задачу и при-  менять установленные правила.  *Познавательные:* *общеучебные -*  контролировать и оценивать процесс  и результат деятельности.  *Коммуникативные:* *управление коммуникацией -* осуществлять взаимный  Контроль | 9.10 |  |
| 18 | Прыжок в длину с места | Прыжок с места | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость | *Регулятивные:**целеполагание -* формировать и удерживать учебную задачу;  *прогнозирование* - предвидеть уровень  усвоения знаний, его временных характеристик.  *Познавательные:**общеучебные -* выбирать наиболее эффективные способы  решения задач.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  формулировать свои затруднения; ста-  вить вопросы, вести устный диалог | 12.10 |  |
| 19 | Комплекс ОРУ на развитие координации движений. Тестирование на время | Скамейка | Выполнять упражнения на внимание и на координацию движений, на слух; играть в подвижную игру «Совушка» | *Регулятивные:* *целеполагание —* формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.  *Познавательные:* *общеучебные* - выбирать наиболее эффективные способы  решения задачи.  *Коммуникативные:* *инициативное сотрудничество -* проявлять активность  во взаимодействии для решения задач | 14.10 |  |
| 20 | Стойка на лопатках. «Мост» | Мостик, стойка на лопатках | Ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные:* целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.  *Познавательные:* общеучебные -  контролировать и оценивать процесс  и результат деятельности.  *Коммуникативные:* управление коммуникацией - осуществлять взаимный  Контроль | 16.10 |  |
| 21 | Тестирование наклона вперед из положения стоя | Наклоны вперед | Выполнять бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Охотники и утки»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий | *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 | 19.10 |  |
| 22 | Урок калейдоскоп. «Утренняя зарядка. Стойка на лопатках» | Мостик, стойка на лопатках | Ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные:* целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.  *Познавательные:* общеучебные -  контролировать и оценивать процесс  и результат деятельности.  *Коммуникативные:* управление коммуникацией - осуществлять взаимный  контроль | 21.10 |  |
| 23 | Стойка на лопатках. «Мост» | Мостик, стойка на лопатках | Ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные:* целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.  *Познавательные:* общеучебные -  контролировать и оценивать процесс  и результат деятельности.  *Коммуникативные:* управление коммуникацией - осуществлять взаимный  контроль | 23.10 |  |
| 24 | Физкультминутки, их значение в жизни человека | Физминутка,  здоровье человека | Ориентироваться в понятии «физкультминутка»; маршировать под стихотворения; выполнять физкультминутку; играть в игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные:* *целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную.  *Познавательные:* *общеучебные* — осознанно строить сообщения в устной  форме.  *Коммуникативные:* *взаимодействие —*  задавать вопросы, формулировать свою  позицию | 26.10 |  |
| 25 | ОРУ. Подтягивание на низкой перекладине | Подтягивание, перекладина | Выполнять упражнения, в том числе с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные:* *целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную.  *Познавательные:* *общеучебные* — осознанно строить сообщения в устной  форме.  *Коммуникативные:* *взаимодействие —*  задавать вопросы, формулировать свою  позицию | 28.10 |  |
| 26 | Лазание по гимнастической стенке | Гимнастическая стенка | Выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой | *Регулятивные:**планирование -* выбирать действия в соответствии с по-  ставленной задачей и условиями ее  реализации.  *Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  слушать собеседника, формулировать  свои затруднения | 30.10 |  |
| **II четверть 22 час** | | | | | | |
| 27 | Подвижные игры | Различные  названия игр. Что такое правила? | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *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 | 9.11 |  |
| 28 | Урок веселый стих «Выполнение упражнений под музыку и стихи. | Упражнения | Выполнять упражнения, в том числе с мячом, под стихотворное сопровождение; выполнять физкультминутку | *Регулятивные:**осуществление учебных*  *действий* - использовать речь для регуляции своего действия.  *Познавательные:**общеучебные -* при-  менять правила и пользоваться инструкциями.  *Коммуникативные:**управление коммуникацией* - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | 11.11 |  |
| 29 | Лазание по гимнастической стенке | Гимнастическая стенка | Выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой; организовывать места занятий физическими упражнениями | *Регулятивные:**планирование -* выбирать действия в соответствии с по-  ставленной задачей и условиями ее  реализации.  *Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  слушать собеседника, формулировать  свои затруднения | 13.11 |  |
| 30 | Строевые упражнения | Строевые упражнения | Выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при выполнении перекатов; играть в подвижную игру «Волк во рву» | *Регулятивные:**осуществление учебных*  *действий* - использовать речь для регуляции своего действия.  *Познавательные:**общеучебные -* при-  менять правила и пользоваться инструкциями.  *Коммуникативные:**управление коммуникацией* - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | 16.11 |  |
| 31 | Урок познавательная гимнастика | Гимнастика.  Упражнение.  Команды  учителя.  Правила  поведения | Ориентироваться в понятии *гимнастика*; характеризовать роль и значение гимнастики в жизни человека; играть в подвижную игру «Волк во рву»; отбирать и выполнять комплексы упражнений для гимнастики в соответствии с изученными правилами | *Регулятивные:* *целеполагание —* формулировать и удерживать учебную за-  дачу.  *Познавательные:* *общеучебные —*  использовать общие приемы решения  задач.  *Коммуникативные:* *инициативное сотрудничество* - ставить вопросы и обращаться за помощью | 18.11 |  |
| 32 | Строевые упражнения | Строевые упражнения | Выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при выполнении перекатов; играть в подвижную игру «Волк во рву» | *Регулятивные:**осуществление учебных*  *действий* - использовать речь для регуляции своего действия.  *Познавательные:**общеучебные -* при-  менять правила и пользоваться инструкциями.  *Коммуникативные:**управление коммуникацией* - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | 20.11 |  |
| 33 | Кувырок вперед | Кувырок вперед | Выполнять разминку со стихотворным сопровождением и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка» | *Регулятивные:* *целеполагание* — удерживать познавательную задачу и при-  менять установленные правила.  *Познавательные:* *общеучебные -*  контролировать и оценивать процесс  и результат деятельности.  *Коммуникативные:* *управление коммуникацией -* осуществлять взаимный  контроль | 23.11 |  |
| 34 | ОРУ Лазание по гимнастическому канату | Канат | Организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания 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 | 25.11 |  |
| 35 | Подвижные игры | Различные  названия игр. Что такое правила? | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *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 | 27.11 |  |
| 36 | ОРУ. Подвижные игры «Лазание по гимнастической стенке» | Гимнастическая стенка | Выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой; организовывать места занятий физическими упражнениями | *Регулятивные:**планирование -* выбирать действия в соответствии с по-  ставленной задачей и условиями ее  реализации.  *Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  слушать собеседника, формулировать  свои затруднения | 30.11 |  |
| 37 | Лазание по гимнастической стенке | Гимнастическая стенка | Выполнять разминку со стихотворным сопровождением, стойку на лопатках, «мост»; лазать по гимнастической стенке; играть в подвижную игру «Кот и мыши» | *Регулятивные:**планирование -* выбирать действия в соответствии с по-  ставленной задачей и условиями ее  реализации.  *Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  слушать собеседника, формулировать  свои затруднения | 2.12 |  |
| 38 | Лазание по гимнастической стенке | Гимнастическая стенка | Выполнять разминку со стихотворным сопровождением, стойку на лопатках, «мост»; лазать по гимнастической стенке; играть в подвижную игру «Кот и мыши» | *Регулятивные:**планирование -* выбирать действия в соответствии с по-  ставленной задачей и условиями ее  реализации.  *Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  слушать собеседника, формулировать  свои затруднения | 4.12 |  |
| 39 | Урок быстрые ножки «Ходьба по канату босыми ногами» | Канат | Организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания 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 | 7.12 |  |
| 40 | Подвижные игры | Различные  названия игр. Что такое правила? | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *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 | 9.12 |  |
| 41 | Лазание по гимнастической стенке | Гимнастическая стенка | Выполнять беговую разминку со стихотворным сопровождением, разминку с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке; лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет различными способами; играть в подвижную игру «Ловля обезьян» (второй вариант) | *Регулятивные:**планирование -* выбирать действия в соответствии с по-  ставленной задачей и условиями ее  реализации.  *Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  слушать собеседника, формулировать  свои затруднения | 11.12 |  |
| 42 | ОРУ. Мы растем вверх | Упражнения, гимнастика | Выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при выполнении перекатов; играть в подвижную игру «Волк во рву» | *Регулятивные:**осуществление учебных*  *действий* - использовать речь для регуляции своего действия.  *Познавательные:**общеучебные -* при-  менять правила и пользоваться инструкциями.  *Коммуникативные:**управление коммуникацией* - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | 14.12 |  |
| 43 | Преодоление полосы препятствий | Полоса препятствий | Преодолевать полосу препятствий,выполнять упражнение на внимание, кувырок вперед; проходить полосу препятствий; организовывать 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 | 16.12 |  |
| 44 | Лазание по гимнастической стенке | Гимнастическая стенка | Выполнять беговую разминку со стихотворным сопровождением, разминку с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке; лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет различными способами; играть в подвижную игру «Ловля обезьян» | *Регулятивные:**планирование -* выбирать действия в соответствии с по-  ставленной задачей и условиями ее  реализации.  *Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  слушать собеседника, формулировать  свои затруднения | 18.12 |  |
| 45 | Быстро движемся мы вверх. Лазание и передвижение по гимнастической стенке | Гимнастическая стенка | Выполнять беговую разминку со стихотворным сопровождением, разминку с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке; лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет различными способами; играть в подвижную игру «Волк во рву» | *Регулятивные:**планирование -* выбирать действия в соответствии с по-  ставленной задачей и условиями ее  реализации.  *Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать  познавательную цель.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  слушать собеседника, формулировать  свои затруднения | 21.12 |  |
| 46 | Подвижные игры | Различные  названия игр. Что такое правила? | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *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 | 23.12 |  |
| 47 | Подвижные игры | Различные  названия игр. Что такое правила? | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *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 | 25.12 |  |
| 48 | Игровые упражнения ловкий мяч | Теннисный  мяч. Цель.  Техника метания | Выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми | *Регулятивные:**коррекция* - вносить  коррективы в выполнение правильных  действий упражнений; сличать способ  действия с заданным эталоном.  *Познавательные:**общеучебные -* ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы  решения задач.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество -* обращаться за помощью;  *взаимодействие -* строить монологическое высказывание, вести устный диалог | 28.12 |  |
| **III черверть 29 часов** | | | | | | |
| 49 | ОРУ Полоса препятствий. Урок познай себя | Полоса препятствий | Преодолевать полосу препятствий,выполнять упражнение на внимание, кувырок вперед; проходить полосу препятствий; организовывать 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 | 11.01 |  |
| 50 | ОРУ Урок веселая скакалка. «Прыжки на скакалках» | Скакалка | Выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми | *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 ро-  лей в совместной деятельности | 13.01 |  |
| 51 | ОРУ. Подвижная игра «День и ночь» | Различные  названия игр. Что такое правила? | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *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 | 15.01 |  |
| 52 | ОРУ. Урок веселые лыжи. Лыжный кросс | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | 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 | 18.01 |  |
| 53 | ОРУ. Техника смело ступай на лыжню | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!» и «Лыжи к ноге!»; 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 | 20.01 |  |
| 54 | ОРУ. Урок веселый спуск | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Выполнять строевое упражнение «ходьба змейкой и по кругу», разминку под стихотворное сопровождение; играть в подвижную игру «Удочка»; организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!»; «На лыжи становись!» | *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 | 22.01 |  |
| 55 | Техника ступающего шага на лыжах | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!» и «Лыжи к ноге!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения 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 | 25.01 |  |
| 56 | Техника поворота переступанием вокруг пяток лыж | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!» и «Лыжи к ноге!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения 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 | 27.01 |  |
| 57 | ОРУ. Урок весело мы тянем | Канат | Организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания 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 | 29.01 |  |
| 58 | Техника скользящего шага на  лыжах без палок | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!»; выполнять ступающий шаг на лыжах без палок, скользящий шаг на лыжах без палок, повороты переступанием 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 | 1.02 |  |
| 59 | Техника спуска в основной стойке на лыжах без палок | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями | *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 | 3.02 |  |
| 60 | ОРУ Весело мы едем по лыжне. | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями | *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 | 5.02 |  |
| 61 | Техника скользящего шага  с палками на лыжах | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями | *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 | 8.02 |  |
| 62 | Упражнения со скакалками | Скакалка | Выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми | *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 ро-  лей в совместной деятельности | 10.02 |  |
| 63 | Техника торможения палками на лыжах | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями | *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 | 12.02 |  |
| 64 | Движение змейкой на лыжах с палками | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями | *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 | 15.02 |  |
| 65 | Прыжки через скакалку | Скакалка | Выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми | *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 ро-  лей в совместной деятельности | 24.02 |  |
| 66 | Контрольный урок по лыжной подготовке | Лыжи, лыжные палки и ботинки,  крепления.  Лыжный  спортивный  костюм, рукавицы,  шапочка | Играть в подвижную игру «Юла»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми | *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 | 26.02 |  |
| 67 | Общеразвивающие упражнения  с малыми мячами | Теннисный мяч, цель. техника метания | Выполнять бег с перепрыгиванием через препятствия, разминку, направленную на развитие координации движений, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробышки» | *Регулятивные:**коррекция* - вносить  коррективы в выполнение правильных  действий упражнений; сличать способ  действия с заданным эталоном.  *Познавательные:**общеучебные -* ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы  решения задач.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество -* обращаться за помощью;  *взаимодействие -* строить монологическое высказывание, вести устный диалог | 29.02 |  |
| 68 | Прыжки через скакалку | Скакалка | Выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми | *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 ро-  лей в совместной деятельности | 2.03 |  |
| 69 | Броски и ловля мяча в парах | Бросок, ловля, баскетбол | 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 | 4.03 |  |
| 70 | Разновидности бросков мяча одной рукой | Бросок, ловля, баскетбол | 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 | 9.03 |  |
| 71 | Прыжки через скакалку | Скакалка | Выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми | *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 ро-  лей в совместной деятельности | 11.03 |  |
| 72 | Ведение мяча на месте и  в движении | Бросок, ловля, баскетбол | 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 | 14.03 |  |
| 73 | Броски мяча в кольцо способом «снизу» | Бросок, ловля, баскетбол | 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 | 16.03 |  |
| 74 | Стойка на лопатках | Мостик, стойка на лопатках | Ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные:* целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.  *Познавательные:* общеучебные -  контролировать и оценивать процесс  и результат деятельности.  *Коммуникативные:* управление коммуникацией - осуществлять взаимный  Контроль | 18.03 |  |
| 75 | Броски мяча в кольцо способом «сверху» | Бросок, ловля, баскетбол | 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 | 21.03 |  |
| 76 | Подвижная игра с мячом «Охотники  и утки» | Различные  названия игр. Что такое правила? | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *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 | 23.03 |  |
| 77 | Стойка на лопатках | Мостик, стойка на лопатках | Ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные:* целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.  *Познавательные:* общеучебные -  контролировать и оценивать процесс  и результат деятельности.  *Коммуникативные:* управление коммуникацией - осуществлять взаимный  Контроль | 25.03 |  |
| **IV четверть 22 часа** | | | | | | |
| 78 | Тестирование в наклоне вперед  из положения стоя | Наклоны вперед | Выполнять бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Охотники и утки»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий | *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 | 4.04 |  |
| 79 | Упражнение на выносливость | Секундомер, распределение сил по дистанции | Выполнять более сложный вариант бега по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Ночная охота»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий | *Регулятивные:**планирование* - применять установленные правила в планировании способа решений.  *Познавательные:**общеучебные* - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество -* проявлять активность  во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач | 6.04 |  |
| 80 | Повторение акробатических элементов | Гимнастический мат, положения частей тела. | Выполнять разминку с мячами на матах, упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки | *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 | 8.04 |  |
| 81 | Повторение техники прыжка в длину с места | Прыжок с места | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость | *Регулятивные:**целеполагание -* формировать и удерживать учебную задачу;  *прогнозирование* - предвидеть уровень  усвоения знаний, его временных характеристик.  *Познавательные:**общеучебные -* выбирать наиболее эффективные способы  решения задач.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  формулировать свои затруднения; ста-  вить вопросы, вести устный диалог | 11.04 |  |
| 82 | Тестирование в прыжке в длину с места | Прыжок с места | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость | *Регулятивные:**целеполагание -* формировать и удерживать учебную задачу;  *прогнозирование* - предвидеть уровень  усвоения знаний, его временных характеристик.  *Познавательные:**общеучебные -* выбирать наиболее эффективные способы  решения задач.  *Коммуникативные:**взаимодействие -*  формулировать свои затруднения; ста-  вить вопросы, вести устный диалог | 13.04 |  |
| 83 | Повторение акробатических элементов | Гимнастический мат, положения частей тела. | Выполнять разминку с мячами на матах, упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки | *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 | 15.04 |  |
| 84 | Тестирование в подтягивании  на низкой перекладине из виса лежа | Подтягивание, перекладина | Выполнять упражнения, в том числе с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми | *Регулятивные:* *целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную.  *Познавательные:* *общеучебные* — осознанно строить сообщения в устной  форме.  *Коммуникативные:* *взаимодействие —*  задавать вопросы, формулировать свою  позицию | 18.04 |  |
| 85 | Метание малого мяча  в горизонтальную цель | Теннисный мяч, цель. техника метания | Выполнять бег с перепрыгиванием через препятствия, разминку, направленную на развитие координации движений, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробышки» | *Регулятивные:**коррекция* - вносить  коррективы в выполнение правильных  действий упражнений; сличать способ  действия с заданным эталоном.  *Познавательные:**общеучебные -* ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы  решения задач.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество -* обращаться за помощью;  *взаимодействие -* строить монологическое высказывание, вести устный диалог | 20.04 |  |
| 86 | Упражнения на уравновешивание предметов | Упражнения | Выполнять , упражнения на уравновешивание предметов, на развитие координации движений, на равновесие | *Регулятивные:**целеполагание* - преобразовывать практическую задачу в познавательную.  *Познавательные:**общеучебные -* использовать общие приемы решения  задач.  *Коммуникативные:**планирование*  *учебного сотрудничества* — определять  цели, обязанности участников, способы  взаимодействия | 22.04 |  |
| 87 | Тестирование в подъеме туловища из положения лѐжа на спине за 30 секунд | Положение лежа | Выполнять ходьбу и бег с изменением ритма и темпа, разминку с у  пражнениями на ориентировку в пространстве, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробышки» | *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 | 25.04 |  |
| 88 | Баскетбольные упражнения | Бросок, ловля, баскетбол | 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 | 27.04 |  |
| 89 | Упражнения на уравновешивание предметов | Упражнения | Выполнять ,  упражнения на уравновешивание предметов, на развитие координации движений, на равновесие | *Регулятивные:**целеполагание* - преобразовывать практическую задачу в познавательную.  *Познавательные:**общеучебные -* использовать общие приемы решения  задач.  *Коммуникативные:**планирование*  *учебного сотрудничества* — определять  цели, обязанности участников, способы  взаимодействия | 29.04 |  |
| 90 | Контрольный урок  по ведению, броску и ловле мяча | Бросок, ловля, баскетбол | 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 | 2.05 |  |
| 91 | Тестирование в беге на скорость на 30 м | Скорость, бег | Выполнять строевые упражнения – «змейка», «спираль», беговую разминку, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Воробьи – вороны»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий | *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 | 4.05 |  |
| 92 | Круговая тренировка | Ускорение.  Отрезок.  Темп бега.  Техника бега.  Круг | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки (усложненный вариант) | *Регулятивные:**осуществление учебных*  *действий* - выполнять учебные действия в материализованной форме; *коррекция -* вносить необходимые изменения и дополнения.  *Познавательные:**общеучебные -* ста-  вить и формулировать проблемы.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - задавать вопросы, про-  являть активность; использовать речь  для регуляции своего действия | 6.05 |  |
| 93 | Тестирование в челночном беге  3 ×10 м | Кубики. Челночный  бег. Наклоны сидя | Выполнять строевые упражнения – «змейка», «спираль», беговую разминку; упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Воробьи – вороны»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий | *Регулятивные:**осуществление учебных*  *действий* - выполнять учебные действия в материализованной форме; *коррекция -* вносить необходимые изменения и дополнения.  *Познавательные:**общеучебные -* ста-  вить и формулировать проблемы.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - задавать вопросы, про-  являть активность; использовать речь  для регуляции своего действия | 11.05 |  |
| 94 | Метание мешочка на дальность | Мешочек. Цель.  Техника метания | Выполнять упражнения на внимание, разминку с игрой «Запрещенное движение»; играть в подвижную игру «Колдунчики»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий | *Регулятивные:**коррекция* - вносить  коррективы в выполнение правильных  действий упражнений; сличать способ  действия с заданным эталоном.  *Познавательные:**общеучебные -* ста-  вить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы  решения задач.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество -* обращаться за помощью;  *взаимодействие -* строить монологическое высказывание, вести устный диалог | 13.05 |  |
| 95 | Круговая тренировка | Ускорение.  Отрезок.  Темп бега.  Техника бега.  Круг | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки (усложненный вариант) | *Регулятивные:**осуществление учебных*  *действий* - выполнять учебные действия в материализованной форме; *коррекция -* вносить необходимые изменения и дополнения.  *Познавательные:**общеучебные -* ста-  вить и формулировать проблемы.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - задавать вопросы, про-  являть активность; использовать речь  для регуляции своего действия | 16.05 |  |
| 96 | Основы правил игры в футбол | Футбол, мяч, аут | Выполнять шестиминутный бег на выносливость, удары по воротам; применять на практике правила, элементы, простейшие технические действия игры в футбол; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий | *Регулятивные:**планирование* - применять установленные правила в планировании способа решений.  *Познавательные:**общеучебные* - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество -* проявлять активность  во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач | 18.05 |  |
| 97 | Знакомство  с эстафетами | Эстафета | Выполнять игру-разминку «Запрещѐнное движение», участвовать в эстафетах; применять на практике правила, элементы, простейшие технические действия игры в футбол; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий | *Регулятивные:**планирование* - применять установленные правила в планировании способа решений.  *Познавательные:**общеучебные* - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  *Коммуникативные:**инициативное сотрудничество -* проявлять активность  во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач | 20.05 |  |
| 98 | Круговая тренировка | Тренировка, вираж, передача эстафеты | Выполнять разминку в движении; проходить станции круговой тренировки; рационально использовать свободное время; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями | *Регулятивные:**планирование* - составлять план и последовательность  действий, *контроль* - использовать установленные правила в контроле способа решений.  *Познавательные:**общеучебные* - ориентироваться в разнообразии способов  решения задач.  *Коммуникативные:**планирование*  *учебного сотрудничества* — определять  общую цель и пути ее достижения | 23.05 |  |
| 99 | Подвижные игры | Пройденные  названия качеств и подвижных игр | Выполнять беговую разминку; играть в подвижные игры (по выбору); подводить итоги года (значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности); осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр | *Регулятивные:**целеполагание* - преобразовывать практическую задачу в познавательную.  *Познавательные:**общеучебные -* использовать общие приемы решения  задач.  *Коммуникативные:**планирование*  *учебного сотрудничества* — определять  цели, обязанности участников, способы  взаимодействия | 25.05 |  |