**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 поведения.Шеренга.Колонна.Гимнастика.Упражнение.Техникабезопасности | 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 действияв соответствии с поставленной задачейи условиями ее реализации.*Познавательные:**общеучебные -* использовать общие приемы решения по-ставленных задач; определять и краткохарактеризовать физическую культурукак 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 формулироватьпознавательную 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 мнениеи 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* — задаватьвопросы, 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:*планированиеучебного сотрудничества — задаватьвопросы, 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 вместес учителем; *коррекция —* вносить изменения в план действия.*Познавательные:* *общеучебные —* определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решатьпроблемы.*Коммуникативные:* *планирование**учебного сотрудничества —* задаватьвопросы; *управление коммуникацией —*координировать и принимать различныепозиции 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 устнойформе.*Коммуникативные:* *взаимодействие —*задавать вопросы, формулировать своюпозицию | 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 устнойформе.*Коммуникативные:* *взаимодействие —*задавать вопросы, формулировать своюпозицию | 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 егорезультат с заданным эталоном с цельюобнаружения отклонений и отличийот эталона.*Познавательные:* *общеучебные -* ориентироваться в разнообразии способоврешения задач.*Коммуникативные:* *инициативное сотрудничество* — формулировать своиЗатруднения | 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 мнениеи 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 речьдля регуляции своего действия; *коррекция -* вносить изменения в способдействия.*Познавательные:**общеучебные -* ориентироваться в разнообразии способоврешения задач.*Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - проявлять активностьво 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 речьдля регуляции своего действия; *коррекция -* вносить изменения в способдействия.*Познавательные:**общеучебные -* ориентироваться в разнообразии способоврешения задач.*Коммуникативные:**инициативное сотрудничество* - проявлять активностьво 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* - вноситькоррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.**Познавательные:** *общеучебные -* ста-вить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способырешения задач.**Коммуникативные:** *инициативное сотрудничество -* обращаться за помощью;*взаимодействие -* строить монологическое высказывание, вести устный диалог | 5.10 |  |
| 16 | Урок веселой игры. Русские народные подвижные игры. | Различныеназвания 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* - адекватновоспринимать 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 собственноеповедение 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 процесси результат деятельности.*Коммуникативные:* *управление коммуникацией -* осуществлять взаимныйКонтроль | 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 уровеньусвоения знаний, его временных характеристик.*Познавательные:**общеучебные -* выбирать наиболее эффективные способырешения 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 способырешения задачи.*Коммуникативные:* *инициативное сотрудничество -* проявлять активностьво 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 процесси результат деятельности.*Коммуникативные:* управление коммуникацией - осуществлять взаимныйКонтроль | 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 процесси результат деятельности.*Коммуникативные:* управление коммуникацией - осуществлять взаимныйконтроль | 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 процесси результат деятельности.*Коммуникативные:* управление коммуникацией - осуществлять взаимныйконтроль | 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 устнойформе.*Коммуникативные:* *взаимодействие —*задавать вопросы, формулировать своюпозицию | 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 устнойформе.*Коммуникативные:* *взаимодействие —*задавать вопросы, формулировать своюпозицию | 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 еереализации.*Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**взаимодействие -*слушать собеседника, формулироватьсвои затруднения | 30.10 |  |
| **II четверть 22 час** |
| 27 | Подвижные игры  | Различныеназвания 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* - адекватновоспринимать 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 собственноеповедение 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 еереализации.*Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**взаимодействие -*слушать собеседника, формулироватьсвои 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.Командыучителя.Правилаповедения | 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 решениязадач.*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 процесси результат деятельности.*Коммуникативные:* *управление коммуникацией -* осуществлять взаимныйконтроль | 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 речьдля регуляции своего действия | 25.11 |  |
| 35 | Подвижные игры  | Различныеназвания 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* - адекватновоспринимать 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 собственноеповедение 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 еереализации.*Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**взаимодействие -*слушать собеседника, формулироватьсвои 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 еереализации.*Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**взаимодействие -*слушать собеседника, формулироватьсвои 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 еереализации.*Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**взаимодействие -*слушать собеседника, формулироватьсвои 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 речьдля регуляции своего действия | 7.12 |  |
| 40 | Подвижные игры  | Различныеназвания 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* - адекватновоспринимать 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 собственноеповедение 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 еереализации.*Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**взаимодействие -*слушать собеседника, формулироватьсвои 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* - адекватновоспринимать 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 собственноеповедение 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 еереализации.*Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**взаимодействие -*слушать собеседника, формулироватьсвои 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 еереализации.*Познавательные:**общеучебные* - самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**взаимодействие -*слушать собеседника, формулироватьсвои затруднения | 21.12 |  |
| 46 | Подвижные игры | Различныеназвания 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* - адекватновоспринимать 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 собственноеповедение и поведение окружающих | 23.12 |  |
| 47 | Подвижные игры | Различныеназвания 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* - адекватновоспринимать 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 собственноеповедение и поведение окружающих | 25.12 |  |
| 48 | Игровые упражнения ловкий мяч | Теннисныймяч. Цель.Техника метания | Выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми  | *Регулятивные:**коррекция* - вноситькоррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.*Познавательные:**общеучебные -* ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способырешения 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* - адекватновоспринимать 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 собственноеповедение 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 установленныеправила 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» | Различныеназвания 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* - адекватновоспринимать 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 собственноеповедение и поведение окружающих | 15.01 |  |
| 52 | ОРУ. Урок веселые лыжи. Лыжный кросс | Лыжи, лыжные палки и ботинки,крепления.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности | 18.01 |  |
| 53 | ОРУ. Техника смело ступай на лыжню | Лыжи, лыжные палки и ботинки,крепления.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности | 20.01 |  |
| 54 | ОРУ. Урок веселый спуск | Лыжи, лыжные палки и ботинки,крепления.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности | 22.01 |  |
| 55 | Техника ступающего шага на лыжах  | Лыжи, лыжные палки и ботинки,крепления.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности | 25.01 |  |
| 56 | Техника поворота переступанием вокруг пяток лыж  | Лыжи, лыжные палки и ботинки,крепления.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей 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 речьдля регуляции своего действия | 29.01 |  |
| 58 | Техника скользящего шага на лыжах без палок  | Лыжи, лыжные палки и ботинки,крепления.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности | 1.02 |  |
| 59 | Техника спуска в основной стойке на лыжах без палок  | Лыжи, лыжные палки и ботинки,крепления.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности | 3.02 |  |
| 60 | ОРУ Весело мы едем по лыжне. | Лыжи, лыжные палки и ботинки,крепления.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности | 5.02 |  |
| 61 | Техника скользящего шага с палками на лыжах  | Лыжи, лыжные палки и ботинки,крепления.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей 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 установленныеправила 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.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности | 12.02 |  |
| 64 | Движение змейкой на лыжах с палками  | Лыжи, лыжные палки и ботинки,крепления.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей 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 установленныеправила 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.Лыжныйспортивныйкостюм, 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 последовательностьдействий.*Познавательные:**информационные -*искать и выделять необходимую информацию из различных источников.*Коммуникативные:**управление коммуникацией* - адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей 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* - вноситькоррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.*Познавательные:**общеучебные -* ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способырешения 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 установленныеправила 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 формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьобщую 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 формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьобщую 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 установленныеправила 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 формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьобщую 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 формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьобщую 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 процесси результат деятельности.*Коммуникативные:* управление коммуникацией - осуществлять взаимныйКонтроль | 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 формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьобщую цель и пути ее достижения;*взаимодействие -* формулировать собственное мнение и позицию | 21.03 |  |
| 76 | Подвижная игра с мячом «Охотники и утки»  | Различныеназвания 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* - адекватновоспринимать 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 собственноеповедение 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 процесси результат деятельности.*Коммуникативные:* управление коммуникацией - осуществлять взаимныйКонтроль | 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 активностьво 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 уровеньусвоения знаний, его временных характеристик.*Познавательные:**общеучебные -* выбирать наиболее эффективные способырешения 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 уровеньусвоения знаний, его временных характеристик.*Познавательные:**общеучебные -* выбирать наиболее эффективные способырешения 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 устнойформе.*Коммуникативные:* *взаимодействие —*задавать вопросы, формулировать своюпозицию | 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* - вноситькоррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.*Познавательные:**общеучебные -* ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способырешения 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 решениязадач.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьцели, обязанности участников, способывзаимодействия | 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 упражнениями 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 формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьобщую 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 решениязадач.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьцели, обязанности участников, способывзаимодействия | 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 формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьобщую 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 формулироватьпознавательную цель.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьобщую 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 речьдля регуляции своего действия | 6.05 |  |
| 93 | Тестирование в челночном беге 3 ×10 м  | Кубики. Челночныйбег. 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 речьдля 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* - вноситькоррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.*Познавательные:**общеучебные -* ста-вить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способырешения 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 речьдля 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 активностьво 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 активностьво 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 последовательностьдействий, *контроль* - использовать установленные правила в контроле способа решений.*Познавательные:**общеучебные* - ориентироваться в разнообразии способоврешения задач.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьобщую цель и пути ее достижения | 23.05 |  |
| 99 | Подвижные игры  | Пройденныеназвания 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 решениязадач.*Коммуникативные:**планирование**учебного сотрудничества* — определятьцели, обязанности участников, способывзаимодействия | 25.05 |  |