**Календарно-тематическое планирование**

**для 7-х классов.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | | | **Дата проведения** | | | **Тема урока** | | **Планируемые результаты обучения** | | |
| **План** | | **Фактически** | **Предметные** | | **Метапредметные универсальные учебные действия** |
| ***Легкая атлетика (10 ч.) + вариативная часть с элементами легкой атлетики (3 ч.)*** | | | | | | | | | | |
| **1** | | |  | |  | Техника безопасности на уроках по лёгкой атлетике. История лёгкой атлетики. | | Знать технику безопасности на уроках легкой атлетики, историю легкой атлетики. | | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как  субъекту деятельности, находить и вы­делять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об истории легкой атлетики и техники безопасности. |
| **2** | | |  | |  | Высокий старт, низкий старт. | | Знать технику высокого старта, с опорой на руку, низкий старт. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанав­ливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  Познавательные: выполнять высокий старт, низкий старт. |
| **3** | | |  | |  | Бег в равномерном темпе. Низкий старт, высокий старт. **Тестирование бег 30метров.** | | Знать, как про­ходит тестирова­ние бега на 30 метров с высокого старта, низкого старта. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанав­ливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  Познавательные: проходить тестиро­вание бега на 30 м с высокого старт |
| **4** | | |  | |  | *Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. |
| **5** | | |  | |  | Ускорения из различных стартовых положений на отрезках 30 -40 метров.  Прыжок в длину с разбега. | | Знать, как выполнять прыжок в дли­ну с разбега. | | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега. |
| **6** | | |  | |  | Бег в равномерном темпе до 10минут. Закрепить технику прыжка в длину с разбега. **Тестирование бег 60 метров.** | | Знать технику прыжка в дли­ну с разбега.Знать правила проведения тестирования бега на 60 м. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельные цели.  Познавательные: проходить тестиро­вание бега на 60 метров . Регулировать темп бега. |
| **7** | | |  | |  | *Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики.* | | Знать правила  подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. |
| **8** | | |  | |  | Бег в равномерном темпе до 10 мин.  **Учёт прыжок в длину с разбега.** Закрепить метания мяча с разбега с 4-5шагов. | | Знать технику выполнения беговых упраж­нений, метания мяча.  Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега. Технические требования по выполнению прыжка в длину с разбега | | Коммуникативные:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга.  Регулятивные:самостоятельно выде­лять и формулировать познаватель­ные цели, находить необходимую информацию.  Познавательные:выполнять беговые, прыжковые и метательные упражнения, технические требования по выполнению прыжка в длину с разбега. Регулировать темп бега. |
| **9** | | |  | |  | Бег в равномерном темпе до 15 мин.Совершенствовать метания мяча с разбега с 4-5шагов. | | Знать технику метания мяча с разбега. | | Коммуникативные:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга.  Регулятивные:самостоятельно выде­лять и формулировать познаватель­ные цели, находить необходимую информацию.  Познавательные:выполнять метание мяча с разбега. Регулировать темп бега. |
| **10** | | |  | |  | *Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. |
| **11** | | |  | |  | **Учёт метание мяча на дальность.** Бег в равномерном темпе до10-15 мин. | | Знать правила проведения тестирования метания мяча на дальность. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. *Регулятивные:* адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, со­хранять заданную цель.*Познавательные:* выполнять метание мяча на дальность. |
| **12** | | |  | |  | Бег в равномерном темпе до10-15 мин. Эстафетный бег. | | Знать правила и технические требования по выполнению эстафетного бега. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  Познавательные: выполнять технически правильно эстафетный бег. |
| **13** | | |  | |  | **Учёт бег 1500метров.** | | Знать правила проведения тестирования бега на 1500 м. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистан­цию 1500 м. |
| **14** | | |  | |  | Техника безопасности на уроках баскетбола. Основные правила игры. Презентация по правилам баскетбола. | | Знать технику безопасности на уроках баскетбола, историю баскетбола, основные правила игры. | | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как  субъекту деятельности, находить и вы­делять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об истории баскетбола и основных правилах игры. |
| **15** | | |  | |  | Стойки игрока перемещение в стойках. Передача мяча в парах, в тройках. Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления. | | Знать стойки и перемещение в стойках, передачи и ведение мяча. | | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную рабо­ту.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять стойки и перемещение в стойках, передачи и ведение мяча, использовать в игре. |
| **16** | | |  | |  | Стойки игрока перемещение в стойках. Остановка прыжком. Повороты на месте.  Передачи в движении в парах. | | Знать стойки и перемещение в стойках, остановку прыжком,  технику поворота на месте и передач в движении. | | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную рабо­ту.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять стойки и перемещение в стойках, остановку прыжком, повороты, передачи использовать в игре. |
| **17** | | |  | |  | *Подвижные игры с элементами баскетбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. |
| **18** | | |  | |  | Ведение мяча правой и левой рукой два шага бросок. **Тестирование баскетбольные передачиза 30секунд.** | | Знать, как вы­полнять различ­ные варианты ведения мяча. Знать правила и технические требования,  проведения тестирования передач за 30секунд. | | Коммуникативные: эффективно  сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, со­хранять заданную цель.  Познавательные: проходить тестирования передач за 30секунд. Выполнять ведение мяча и броски после ведения. |
| **19** | | |  | |  | Бросок в кольцо с места и после ведения. Передачи  мяча в парах в тройках в движении. **Тестирование прыжок в длину с места.** | | Знать варианты бросков в кольцо, передач мяча в парах. Знать правила и технические требования,  проведения тестирования прыжка в длину с места. | | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга, управлять поведе­нием партнера(контроль, коррек­ция, умение убеждать).  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого  Познавательные: передавать и ловить мяч в парах в тройках, выполнять броски с места и после ведения. Проходить тести­рование прыжка в длину с места. |
| **20** | | |  | |  | *Подвижные игры с элементами баскетбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. |
| **21** | | |  | |  | Ведение мяча с изменением направления. Выполнение элемента два шага бросок в кольцо. **Тестирование челночный бег 3**х**10метров**. | | Знать, как проходит тестирование челночного бега 3х10 метров, бросок в кольцо после выполнения элемента два шага бросок. | | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга, добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.  Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные выполнять элемент два шага бросок, тестирование челночный бег 3х10метров. |
| **22** | | |  | |  | Бросок в кольцо с места и после ведения.Учебная игра баскетбол, тактические действия в защите и нападении. | | Знать способы ведения, передач, бросков. Знать и понимать тактику игры в защите и нападении. | | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации, добывать не­достающую информацию с помощью вопросов.  Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверст­ника.  Познавательные:понимать тактику игры в защите и нападении. Выполнять броски в кольцо с места и после ведения. |
| **23** | | |  | |  | *Подвижные игры с элементами баскетбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. |
| **24** | | |  | |  | **Учетброски в кольцо после ведения**.Учебно-тренировочная игра. | | Знать способы ведения, передач, бросков. Знать и понимать тактику игры в защите и нападении. | | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга, управлять поведе­нием партнера(контроль, коррек­ция, умение убеждать).  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.  Познавательные: выполнять передачи, броски и ведение мяча в игре. Технически правильно выполнять броски в кольцо после ведения. |
| **25** | | |  | |  | Учебная игра баскетбол, тактические действия в защите и нападении. **Учёт прыжок со скакалкой за 1 минуту**. | | Знать, как проходит тестирование прыжка со скакалкой за 1минуту. Знать и понимать тактику игры в защите и нападении. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель. Познавательные: выполнять тестирование прыжка со скакалкой за 1минуту. Использовать тактику игры в защите и нападении. |
| **26** | | |  | |  | *Подвижные игры с элементами баскетбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. |
| **27** | | |  | |  | Учебная игра баскетбол, тактические действия в защите и нападении. | | Знать и понимать тактику игры в защите и нападении. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: играть используя тактические действия. |
| *Гимнастика (15 ч.) + вариативная часть подвижные игры с элементами баскетбола ( 6 ч.)* | | | | | | | | | | |
| **28** |  | | |  | Техника безопасности на уроках по гимнастике страховка и само-страховка при выполнении упражнений. История гимнастики. | | Знать технику безопасности по гимнастике, историю гимнастики. Страховку и само-страховку. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с усло­виями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выде­лять и формулировать познаватель­ные цели, находить необходимую информацию.  Познавательные: уметь выполнять страховку и само-страховку. | |
| **29** |  | | |  | Строевой шаг смыкание размыкание на месте выполнение команд «Пол оборота на право», «Пол оборота на лево».  Кувырок вперед и назад слитно, лазанье по канату. | | Знать технику выполнения кувырка вперед, назад и лазание по канату.  Элементы перестроения. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с усло­виями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выде­лять и формулировать познаватель­ные цели, находить необходимую информацию.  Познавательные: выполнять кувы­рок вперед, назад, лазание по канату, выполнять строевые упражнения. | |
| **30** |  | | |  | Перестроение в шеренге и в колону по четыре. Кувырок вперед, назад, стойка на лопатках, стойка на голове мальчики. | | Знать технику выполнения стойки на лопатках, стойку на голове.  Элементы перестроения в шеренги и колонны. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.  Познавательные: выполнять стойку на лопатках. | |
| **31** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами баскетбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **32** |  | | |  | Обучить акробатическому соединению из 3-4 элементов. **Учёт кувырок вперед.** | | Знать технику выполнения кувырка вперед и акробатического соединения. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с усло­виями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выде­лять и формулировать познаватель­ные цели, находить необходимую информацию.  Познавательные: выполнять кувы­рок вперед. | |
| **33** |  | | |  | Лазанье по канату и упражнения с гимнастическими скакалками. Закрепить акробатическое соединение. | | Знать акробатическое соединение. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.  Познавательные: выполнять акробатическое соединение. | |
| **34** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами баскетбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **35** |  | | |  | Лазанье по канату и сов акробатическое соединение. **Учёт кувырок назад, стойка на лопатках.** | | Знать техническое выполнение стойки на лопатках и кувырка назад. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные :осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.  Познавательные: выполнять стойку на лопатках. | |
| **36** |  | | |  | Упражнения на равновесие на гимнастической скамейке и бревне, лазанье по канату. Совершенствование акробатическое соединение. | | Знать упражнения на равновесие на гимнастической скамейке и бревне, лазание по канату. | | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную рабо­ту, добывать недостающую инфор­мацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и ис­правлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять лазание по канату. | |
| **37** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами баскетбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **38** |  | | |  | Элементы на бревне. **Учёт лазанье по канату.** | | Знать как выполняется тестирование в лазании по канату. | | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.  Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: залезать по канату в два и три приема. | |
| **39** |  | | |  | **Учёт акробатическое соединение из 4 элементов.** Упражнения на развитие силы. | | Знать как выполняется тестирование акробатического соединения. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, со­хранять заданную цель. Познавательные: проходить тестиро­вание в лазании по канату. | |
| **40** |  | | |  | Висы упоры на перекладине мальчики, подъём переворот, элементы на бревне девочки. | | Знать, какие варианты висов существуют, знать элементы техники подъём переворота.  Знать, какие упражнения на гимнастиче­ском бревне су­ществую. | | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упраж­нения на гимнастическом бревне, перекладине. | |
| **41** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами баскетбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **42** |  | | |  | Опорный прыжок ноги врозь. **Учёт подтягивание на высокой перекладине мальчики, отжимание девочки.** | | Знать, как выполняется опорный прыжок, требования к выполнению подтягивания. | | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя, уметь работать в группе.  Регулятивные:  осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные:  прыгать опорный прыжок, выполнять подтягивание и отжимание. | |
| **43** |  | | |  | Опорный прыжок согнув ноги. **Учёт упражнение на перекладине, элементы на бревне девочки.** | | Знать, как выполнять тестирование висы и упоры мальчики на перекладине, элементы на бревне девочки. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, со­хранять заданную цель. Познавательные: проходить тестиро­вание висы и упоры и подъём переворот мальчики на перекладине, элементы на бревне девочки. | |
| **44** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами баскетбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **45** |  | | |  | Совершенствование техники выполнения опорного прыжка. Упражнения на развитие силы. | | Знать как выполняется опорный прыжок, упражнения на развитие силы. | | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.  Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партне­ров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять опорный прыжок, упражнения на развитие силы. | |
| **46** |  | | |  | Упражнения на гимнастической лестнице. **Учёт опорный прыжок**. | | Знать требования к тестированию опорного прыжка. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять кон­трольный опорный прыжок. | |
| **47** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами баскетбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **48** |  | | |  | Гимнастические эстафеты с использованием гимнастического инвентаря. | | Знать как пользоваться гимнастическим инвентарем. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.  Познавательные: выполнять раз­личные варианты эстафет. | |
| *Лыжная подготовка (21 ч.) + вариативная часть подвижные игры с элементами волейбола (9 ч.)* | | | | | | | | | | |
| **49** |  | | |  | Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. История лыжного спорта. Одежда и обувь правила пользования лыжным инвентарём. | | Знать историю лыжного спорта, технику безопасности, правила пользования лыжным инвентарем. | | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации, представ­лять конкретное содержание и сооб­щать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, рассказывать технику безопасности. | |
| **50** |  | | |  | Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода. | | Знать технику попеременного двухшажного хода. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятель­ность по результату. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом. | |
| **51** |  | | |  | Прохождение дистанции 3км. Закрепить технику одновременных ходов. | | Знать технику попеременного двухшажного хода и одновременных ходов. | | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную рабо­ту, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться попеременным двухшажнымходом. | |
| **52** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **53** |  | | |  | Подъем елочкой, спуски, торможение Прохождение дистанции 3км. | | Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъе­ма «полуёлочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и тормо­жения «плугом» | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Регулятивные: самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельные цели.  Познавательные: кататься на лы­жах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «полуёлочкой», «елочкой», тормозить «плугом». | |
| **54** |  | | |  | Подъем елочкой, спуски в средней и низкой стойке. | | Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъе­ма «полуёлочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и тормо­жения «плугом» | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Регулятивные: самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельные цели.  Познавательные: кататься на лы­жах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «полуёлочкой», «елочкой», тормозить «плугом». | |
| **55** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **56** |  | | |  | Совершенствование одновременных ходов, прохождение дистанции 3 км. **Учет техники попеременного двухшажного хода.** | | Знать как проходит тестирование попеременного двухшажного хода. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Регулятивные: самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельные цели.  Познавательные: кататься на лы­жах, применяя различные ходы, тестирование попеременного двухшажного хода. | |
| **57** |  | | |  | Торможение плугом, скольжение на пологом спуске без палок. Техника прохождения спуска. | | Знать технику торможения плугом, скольжение на пологом спуске без палок. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Регулятивные: самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельные цели.  Познавательные: скользить на лыжах на пологом спуску, применение торможение плугом. | |
| **58** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **59** |  | | |  | Равномерное скольжение, торможение плугом. **Учёт подъём ёлочкой.** | | Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъе­ма на склон «полу-ёлочкой», «ёлочкой». | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Регулятивные: самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельные цели .Познавательные: кататься на лы­жах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «полуёлочкой», «ёлочкой», тормозить «плугом» | |
| **60** |  | | |  | Прохождение дистанции 3 км. Техника прохождения спуска в средней и низкой стойке. | | Знать технику торможения плугом, скольжение на пологом спуске используя стойки. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельные цели. Познавательные: скользить на лыжах на пологом спуску, применение торможение плугом. | |
| **61** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **62** |  | | |  | Прохождение дистанция 3км. с применением лыжных ходов переход хода с одного на драгой. **Учет торможение плугом.** | | Знать как проходит тестирование торможение плугом. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельные цели. Познавательные: кататься на лы­жах, тормозить плугом на технику. | |
| **63** |  | | |  | Совершенствование техники прохождения спуска. Повороты переступанием. | | Знать повороты переступанием. | | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную рабо­ту, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять повороты переступанием. | |
| **64** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **65** |  | | |  | Равномерное прохождение дистанции до 3 км. | | Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.  Познавательные: передвигаться на лыжах изученными ходами. | |
| **66** |  | | |  | **Учет техники прохождения спуска в средней и низкой стойке.** | | Знать технику спуска со склона в низкой и средней стойке. | | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой и средней стойке. | |
| **67** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **68** |  | | |  | Совершенствование техники одновременных ходов. Прохождение спусков и подъемов. | | Знать технику одновременных ходов. | | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную рабо­ту, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах с использованием лыжных ходов. | |
| **69** |  | | |  | Круговая эстафета. | | Знать, как передвигаться на лыжах в зависимости от рельефа местности, знать правила передачи лыжной эстафеты. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.  Познавательные: передвигаться на лыжах изученными ходами. | |
| **70** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **71** |  | | |  | **Прохождение отрезков 100 метров. Учёт техника одновременных ходов.** | | Знать технику одновременных ходов. | | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную рабо­ту, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  Познавательные: передвигаться на лыжах с использованием лыжных ходов. | |
| **72** |  | | |  | Прохождение дистанции 3 км. | | Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.  Познавательные: передвигаться на лыжах изученными ходами. | |
| **73** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **74** |  | | |  | Равномерное разминочное скольжение 1км. | | Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.  Познавательные: передвигаться на лыжах изученными ходами. | |
| **75** |  | | |  | **Учёт прохождение дистанции 1 км на время.** | | Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.  Познавательные: передвигаться на лыжах изученными ходами. | |
| **76** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **77** |  | | |  | Соревнования по лыжным гонкам прохождение дистанции 3км. | | Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами в более скоростном темпе и переходить с одного хода на другой. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.  Познавательные: передвигаться на лыжах изученными ходами, уметь распределять силы при прохождении дистанции. | |
| **79** |  | | |  | Соревнования гонки на лыжах «Сгорки на горку». | | Знать технику прохождения спуска и подъёма, прохождение спуска с разными заданиями. | | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  Регулятивные:  контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель.  Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», вынолнять различные задания при прохождении спуска. | |
| *Волейбол (8 ч.) + вариативная часть подвижные игры с элементами волейбола (4 ч.)* | | | | | | | | | | |
| **80** |  | | |  | Техника безопасности на уроках по волейболу. Презентация правила игры в волейбол. | | Знать технику безопасности на уроках волейбол, историю волейбола, основные правила игры. | | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как  субъекту деятельности, находить и вы­делять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об истории волейбола и основных правилах игры. | |
| **81** |  | | |  | Стойки, перемещения. Обучить передачи мяча сверху над собой и в паре. | | Знать технику стоек и перемещения в стойках.  Осваивать технику передач мяча. | | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга, добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.  Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные выполнять элемент два шага бросок, тестирование челночный бег 3х10метров. | |
| **82** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **83** |  | | |  | Прием мяча снизу. Закрепить передачи мяча сверху. Учебная игра по упрощённым правилам. | | Знать технику стоек и перемещения в стойках, передачи мяча сверху.  Знать правила игры.  Осваивать технику приёма мяча снизу. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель. Познавательные: .Технически правильно выполнять приём мяча снизу и верхнюю передачу. Играть по правилам волейбола | |
| **84** |  | | |  | Совершенствование приёма мяча снизу в сочетании с верхней передачей. **Учет прыжки со скакалкой за 1мин.** | | Знать как проходит тестирование прыжка со скакалкой за 1минуту.  Знать технику выполнения приёма снизу и верхней передачи. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель. Познавательные: выполнять тестирование прыжка со скакалкой за 1минуту.Технически правильно выполнять приём мяча снизу и верхнюю передачу их сочетание. | |
| **84** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **85** |  | | |  | Совершенствование приема мяча снизу. Нижняя прямая подача**. Тестирование челночный бег 3х10м.** | | Знать технику стоек и перемещения в стойках, технику приёма мяча снизу  Знать правила игры.  Осваивать технику нижней прямой подачи. Знать правила выполнения теста челночного бега. | | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга, добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.  Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные выполнять приём мяча снизу и нижнею прямую подачу, тестирование челночный бег 3х10метров. | |
| **86** |  | | |  | Совершенствование нижней прямой подачи. **Тестирование прыжок в длину с места.** | | Знать технику выполнения нижней прямой подачи.  Знать правила выполнения теста прыжок в длину с места. | | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга, управлять поведе­нием партнера(контроль, коррек­ция, умение убеждать).  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого  Познавательные: подавать подачу в парах на коротком расстоянии, через сетку в парах. Проходить тести­рование прыжка в длину с места. | |
| **87** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **88** |  | | |  | Совершенствование нижней прямой подачи. Учебная игра по упрощённым правилам. | | Знать технику выполнения нижней прямой подачи.  Применять правила игры в волейбол в учебной игре. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель. Познавательные: технически правильно выполнять приём мяча снизу и нижнею прямую подачу.. Играть по упрощённым правилам волейбола | |
| **89** |  | | |  | **Учет нижняя прямая подача**. Учебная игра | | Знать технику выполнения нижней прямой подачи требования при контрольном выполнении.  Применять правила игры в волейбол в учебной игре. | | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга, управлять поведе­нием партнера (контроль, коррек­ция, умение убеждать).  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.  Познавательные: Технически правильно выполнять нижнюю прямую подачу и применять в игровой деятельности. | |
| **90** |  | | |  | *Подвижные игры с элементами волейбола.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| ***Легкая атлетика (11ч.)+ вариативная часть подвижные игры с элементами лёгкой атлетики(4ч).*** | | | | | | | | | | |
| **91** | |  | |  | Техника безопасности на уроках по лёгкой атлетике. История Олимпийских игр презентация. | | Знать технику безопасности на уроках легкой атлетики, историю Олимпийских игр. | | Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как  субъекту деятельности, находить и вы­делять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об истории легкой атлетики и Олимпийских играх. | |
| **92** | |  | |  | Закрепить технику прыжка в высоту с 3 – 5 шагов разбега. | | Знать технику выполнения прыжка в вы­соту с прямого разбега и спосо­бом «перешаги­вание». | | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и способ­ствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информа­цию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и спо­собом «перешагивание». | |
| **93** | |  | |  | Эстафеты с прыжковыми заданиями.  Упражнения с набивными мячами. | | Знать эстафеты с прыжковыми заданиями, упражнения с набивными мячами**.** | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять и запоминать упраж­нения с мячами, использовать прыжковые эстафеты для развития прыгучести. | |
| **94** | |  | |  | *Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **95** | |  | |  | Сов технику прыжка высоту с 3 – 5 шагов разбега. Низкий старт. | | Знать технику выполнения прыжка в вы­соту с прямого разбега и спосо­бом «перешаги­вание». | | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и способ­ствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информа­цию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и спо­собом «перешагивание». | |
| **96** | |  | |  | Старты из различных исходных положений.  **Тестирование бег 30метров.** | | Знать, как про­ходит тестирова­ние бега на 30 метров с высокого старта, низкого старта. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанав­ливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  Познавательные: проходить тестиро­вание бега на 30 метров с высокого старта. | |
| **97** | |  | |  | *Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **98** | |  | |  | Метание мяча с разбега. **Тестирование бег 60 метров.** | | Знать правила проведения тестирования бега на 60 м.  Знать технику метания мяча с разбега. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельные цели.  Познавательные: проходить тестиро­вание бега на 60 метров. Метать мяч на дальность с разбега. | |
| **99** | |  | |  | Совершенствование техники метания мяча с 2-3 шагов разбега..Закрепить технику прыжка в длину с разбега. | | Знать, как выполнять прыжок в дли­ну с разбега. Знать технику метания мяча с разбега. | | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега. Метать мяч на дальность с разбега. | |
| **100** | |  | |  | *Подвижные игры с элементами лёгкой*  *атлетики.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **101** | |  | |  | **Учет метания мяча**. Совершенствовать технику прыжка в длину с разбега. | | Знать правила проведения тестирования метания мяча на дальность. Технические требования по выполнению прыжка в длину с разбега. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. *Регулятивные:* адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, со­хранять заданную цель.*Познавательные:* проходить тестиро­вание метания мяча на дальность. Выполнять правильно прыжок в длину с разбега. | |
| **102** | |  | |  | Равномерный бег 10-12 мин. **Учет прыжок в длину с разбега.** | | Знать технику метания мяча с разбега. Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега. | | Коммуникативные:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга.  Регулятивные:самостоятельно выде­лять и формулировать познаватель­ные цели, находить необходимую информацию.  Познавательные:выполнять метание мяча с разбега, прыжок в длину с разбега. Регулировать темп бега. | |
| **103** | |  | |  | *Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики.* | | Знать правила подвижной игры. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: выполнять упраж­нения, играть в по­движную игру. | |
| **104** | |  | |  | **Контрольный урок бег 1500 метров.** | | Знать правила проведения тестирования бега на 1500 м. | | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистан­цию 1500 м. | |
| **105** | |  | |  | Соревнования в эстафетном беге с передачей эстафетной палочки. | | Знать правила соревнований эстафетного бега и технику передачи эстафетной палочки. | | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.  Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  Познавательные: Соревноваться в эстафетном беге применяя технические требования и соблюдая правила соревнований. | |