**Календарно-тематическое планирование**

**6 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Дата проведения** | **Тема урока** | **Планируемые результаты обучения** |
| **План** | **Фактически** |
| **Предметные** | **Метапредметные универсальные учебные действия** |
| 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 каксубъекту деятельности, находить и вы­делять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об истории легкой атлетики и техники безопасности. |
| 2. |  |  | Высокий старт, с опорой на руку 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, с опорой на руку низкий старт. |
| 3. |  |  | Бег в равномерном темпе. Низкий старт с опорой на одну руку, высокий старт. Учёт бег 30метров. | Знать, как про­ходит тестирова­ние бега на 30 м 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. |  |  | Обучить прыжкам в длину с разбега. Ускорения из различных стартовых положений на отрезках 15-30 метров. | 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. Закрепить технику прыжка в длину с разбега. Учет 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 м. |
| 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 минут. Метание мяча в цель. Совершенствование прыжка в длину с разбега. | Знать технику выполнения беговых упраж­нений, метания мяча, 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. |
| 9. |  |  | Обучить технике метания мяча с разбега. Бег в равномерном темпе до 10 минут. | 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. |
| 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. |  |  | Совершенствование прыжка в длину с разбега. Учёт метание мяча в цель. | Знать правила проведения тестирования метания мяча в цель. | 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 в цель. |
| 12. |  |  | Учёт прыжок в длину с разбега. Метание мяча на дальность. | Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять кон­трольный прыжок в длину с разбега. |
| 13. |  |  | Бег на результат 1000 метров. Выполнение вариативных метательных упражнений. | Знать правила проведения тестирования бега на 1000 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 1000 м. |
| 14. |  |  | Техника безопасности на уроках баскетбола. История 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 каксубъекту 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. | 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. |
| 16. |  |  | Стойки игрока перемещение в стойках. Остановка прыжком. Эстафеты с элементами ведения и передач. | Знать стойки и перемещение в стойках, остановку прыжком. | 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. |
| 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. |  |  | Ведения мяча правой и левой рукой. Учет прыжок в длину с места. | Знать, как вы­полнять различ­ные варианты ведения мяча. Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места. | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, со­хранять заданную цель.Познавательные: проходить тести­рование прыжка в длину с места, |
| 19. |  |  | Бросок в кольцо с места. Передачи мяча в парах. | Знать варианты бросков в кольцо, передач мяча в парах. | 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: бросать и ловить мяч в парах. |
| 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. |  |  | Ведения мяча с изменением направления. Учет стойки, перемещения, остановки. | Знать стойки, перемещения, остановки, в баскетболе. | 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 самокор-рекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять стойки, перемещение, остановки. |
| 22. |  |  | Бросок в кольцо с места и после ведения. Учет челночный бег 3х10метров. Учебная игра баскетбола. | Знать как проходит тестирование челночного бега 3х10 метров, бросок в кольцо с места. | 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: проходить тестиро­вание челночного бега 3 х 10 м. |
| 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. |  |  | Эстафеты с элементами ведения и передач, бросков. | Знать способы ведения, передач, бросков. | 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. |
| 25. |  |  | Учёт передачи. Игра школьный баскетбол. | Знать как проходит тестирование передач мяча. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель. Познавательные: выполнять баскет­больные упражнения, передачи мяча. |
| 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. |  |  | Баскетбольный муравейник. | Знать правила баскетбольного муравейника. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять по­ведением партнера.Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.Познавательные: выполнять упраж­нения. |
| 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. |  |  | Кувырок вперед и назад слитно, лазание по канату. | Знать технику выполнения кувырка вперед, назад. | 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. |
| 30. |  |  | Перестроение в шеренге и в колону по четыре. Кувырок вперед, назад, стойка на лопатках. | Знать технику выполнения стойки на лопатках. | 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. Учет 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. |  |  | Лазание 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. |  |  | Лазание по канату и совершенствование акробатического соединения. Учет стойка на лопатках. | Знать техническое выполнение стойки на лопатках. | 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. | 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. Учет 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 3-4 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, элементы на бревне девочки. | Знать, какие варианты висов существуют,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 в упор присев и соскок прогнувшись. Подтягивание на высокой перекладине мальчики, на низкой девочки. | Знать как выполняется опорный прыжок, подтягивание. | 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. |
| 43. |  |  | Опорный прыжок, Учет висы и упоры мальчики 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 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 тестирование 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. |
| 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. |  |  | Обучить попеременному двухшажному ходу. | 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 2 километра. Закрепить технику попеременного двухшажного хода. | Знать технику попеременного двухшажного хода. | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную рабо­ту, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться попеременным двухшажным ходом. |
| 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. Прохождение дистанции 2 километра. | Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъе­ма на склон «лесенкой», «полуелочкой», «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 «ле­сенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «плугом». |
| 54. |  |  | Подъем елочкой, спуски в средней и низкой стойке. | Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъе­ма на склон «лесенкой», «полуелочкой», «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 «ле­сенкой», «полуелочкой», «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 километра. 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. | 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. | Знать технику торможения плугом. | Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную рабо­ту, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: торможение плугом. |
| 60. |  |  | Прохождение дистанции 2 километра. Техника прохождения спуска в средней и низкой стойке. Учёт подъём ёлочкой. | Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъе­ма на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой». | 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 «ле­сенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «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. |  |  | Дистанция 2километра с применением лыжных ходов. 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 километров. | 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 недо-стающую 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. |  |  | Лыжные хода, прохождение спусков и подъемов. | Знать технику прохождения спусков и подъемов. | 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 стойке, играть в по­движные игры «Накаты» и «Подни­ми предмет» |
| 69. |  |  | Круговая эстафета. | Знать, как передвигаться на лыжах в зависимости от рельефа местности. | 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. |  |  | Ускорения на отрезке 100 метров с использованием 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 1километр. | 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. |  |  | Учет прохождение дистанции 1 километр 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. |  |  | Равномерное прохождение дистанции. | Знать какой ход применить в зависимости от ситуации. | 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. |
| 78. |  |  | Весёлые гонки на лыжах «Сгорки на горку». | Знать, как пе­редвигаться на лыжах «змей­кой», как спу­скаться со скло­на «змейкой». | 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». |
| 79. |  |  | Упражнения по баскетболу. Ловля и передача мяча на месте и с перемещением. Техника безопасности на уроках баскетбола. | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений, технику безопасности. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель. Познавательные: выполнять баскет­больные упражнения, рассказать о технике безопасности. |
| 80. |  |  | Передача мяча правой и левой от плеча в движении без сопротивления защитника. | Знать как выполнять передачи. | Коммуникативные: обеспечивать бес­конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.Познавательные: выполнять передачи мяча. |
| 81. |  |  | 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. |
| 82. |  |  | Баскетбольные эстафеты. Бросок мяча одной рукой с места в кольцо. | Знать как выполнять бросок мяча одной рукой. | 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: бросать мяч в кольцо одной рукой. |
| 83. |  |  | Ведение мяча на месте и в движении с изменением направления . Учет прыжки со скакалкой за 1минуту. | Знать, как вы­полнять различ­ные варианты ведения мяча.Знать, как вы­полнять прыжки со скакалкой. | Коммуникативные: обеспечивать бес­конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами ,прыгать со скакалкой. |
| 84. |  |  | 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. |
| 85. |  |  | Ведения мяча в разных стойках. Челночный бег 3х10метра. | Знать технику челночного бега. | Коммуникативные: эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: видеть ошибку и ис­правлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: технично выполнять челночный бег. |
| 86. |  |  | Встречные эстафеты с элементами баскетбола. | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель. Познавательные: выполнять баскет­больные упражнения. |
| 87. |  |  | 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. |
| 88. |  |  | Остановка прыжком после ведения повороты на месте. Учет броски в кольцо с места расстояние 3метра. | Знать технику остановки прыжком, тестирование бросков в кольцо. | Коммуникативные: эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: видеть ошибку и ис­правлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: технично выполнять броски в кольцо. |
| 89. |  |  | Позиционное нападение 5:0 без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом .Учебная игра. | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, прави­ла спортивной игры «Баскет­бол» | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра­нять заданную цель. Познавательные: выполнять баскет­больные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру |
| 90. |  |  | 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. |
| 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 каксубъекту деятельности, находить и вы­делять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об истории легкой атлетики и Олимпийских играх. |
| 92. |  |  | Обучить технике прыжка в высоту с 3 – 5 шагов разбега. Игра перестрелка. | 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. |  |  | Закрепить технику прыжка высоту. Эстафеты с прыжковыми заданиями. | 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». |
| 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. |  |  | Совершенствовать 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 .Учёт бег 30метров. | Знать, как про­ходит тестирова­ние бега на 30 м. | 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. |
| 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. Учет бег 60 метров. | 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 м. |
| 99. |  |  | Совершенствование техники метания мяча с 2-3 шагов разбега. Закрепить технику прыжка в длину с разбега. | Знать правила метания мяча, прыжка в длину с разбега. | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять метание мяча и прыжок в длину 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. | 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. |
| 102. |  |  | Равномерный бег 10-12 минут. Учет прыжок в длину с разбега. | Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять кон­трольный прыжок в длину с разбега. |
| 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 1000 метров. | Знать правила проведения тестирования бега на 1000 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 1000 м. |
| 105. |  |  | Эстафетный бег с передачей эстафетной палочки. | Знать о технике передачи эстафетной палочки. | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять передачу эстафетной палочки. |