**Календарно – тематическое планирование по физической культуре для 1 класса (99 ч.)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п**  **урока** | **Тема урока** | **Тип**  **Урока** | **Предметные результаты** | **Виды учебной деятельности: УУД учащихся** | | | | **Дата** | |
| **Содержание урока**  **(Ученик должен знать)** | **Личностные** | | **Коммуникативные** | **Регулятивные** | **По плану** | **Фактич.** |
| ***1четверть. Легкоатлетические упражнения - 20ч. Из них 2 часа теории. Подвижные игры, спортивные игры*** | | | | | | | | | |
| 1--  2 | Вводное занятие  Техника  безопасности  во время занятий физической  культурой.  Строевые  упражнения | Вводный | Знать основы ТБ,  профилактика травматизма. Обучение строевым  упражнениям: построение в  колонну по 1, в шеренгу. Обучение навыкам ходьбы, ходьбы на носках, на пятках. Обучение навыкам бега, бега в чередовании с ходьбой. Упражнения на общее развитие. «Салки»  Эстафеты | Формирование ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности на  основе:-развития познавательных интересов, учебных мотивов;  -формирования мотивов достижения и социального признания;- мотива, реализующего потребность в социально значимой и социально  оцениваемой деятельности. Ученик должен задаваться  вопросом: Какое значение и какой смысл имеет для меня учение? – и уметь на него  отвечать. | | Планирование  учебного сотрудничества с  учителем и  сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия; постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации. | *Целеполагание* - как  постановка учебной задачи на основе того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно. *планирование* определение последовательности промежуточных  целей с учётом конечного результата;  составление плана и  последовательности действий;  *контроль* в форме  сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения  отклонений и отличий от эталона; |  |  |
| 3—  4 | ОРУ. Ходьба.  Обычный бег  Разучить высокий  старт  ТЕОРИЯ  Беседа о значении занятий  физизическими  упражнениями | Изучение нового м-ла | Продолжить обучение  строевых упражнений: построение в колонну по 1, в шеренгу, повороты направо, налево.  Ходьба, ходьба на носках, на пятках, коротким, средним, длинным шагом.  ОРУ в движении.  Разучить высокий старт  Подвижная игра  «Вызов номера», «Салки» | Внутренняя позиция  школьника;  учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу;  ориентация на понимание причин успеха в учебной  деятельности: самоанализ и самоконтроль результата;  способность к самооценке на  основе критериев успешности учебной деятельности. | | Умение с  достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | *Прогнозирование* –  предвосхищение результата и уровня  усвоения знаний, его  временн**ы**х характеристик. |  |  |
| 5—  6 | ОРУ. Ходьба.  Обычный бег  Повторить  высокий старт  Подготовка  к бегу на длинные дистанции.  Игры. | Изуче  ние  нового  м-ла | Бег с изменением направления, в чередовании с ходьбой, с преодолением препятствий. ОРУ (в кругу) Обычный бег  Повторить высокий старт  Подготовка к бегу на длинные дистанции.  Игры: «Кто быстрее»,  «Салки» | Ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | | Умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить  продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми. | *Саморегуляция* как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и к преодолению препятствий. |  |  |
| 7—  8 | Разучить  низкий старт  Бег 500м  ОРУ без  предметов**.** | Компле  ксный | Разучить низкий старт  Бег 500м  ОРУ без предметов.  Игра:  «Лисички»  «Метание на точность» | Формирование ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности на основе:-развития познавательных интересов, учебных мотивов;  -формирования мотивов достижения  и социального признания. | | Ориентация на  понимание причин успеха в учебной  деятельности:  самоанализ и самоконтроль  результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено  и что нужно усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 8—  9 | Повторить  низкий старт  Подготовка  к бегу на длинные дистанции.  Подвижные игры | Изуче  ние  нового  материала | Повторить высокий старт  Подготовка к бегу на длинные дистанции.  Прыжок в длину с места.  Подвижные игры:  «Лисички », «Кто дальше прыгнет».  ОРУ с мячом. | Нравственно-этическая  ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий; | *Прогнозирование* –  предвосхищение результата и уровня  усвоения знаний, его  временн**ы**х характеристик. |  |  |
| 10—  11 | Разучить  ускорения  в беге на 30м.  Прыжок с места. Эстафеты | Компле  ксный | ОРУ со скакалкой.  Разучить ускорения в беге на 30м.  Прыжок с места. Эстафеты  «Охотники и утки» | Нравственно-этическая  ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий; | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и  корректив в план и  способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 12 | Разучить  Ускорения  пробегать  отрезки 3х10м.,4х9м.  ТЕОРИЯ .  Зарядка –  Утренняя  гигиеническая гимнастика | Изуче  ние  нового  м-ла. | Польза утренней гимнастики,  необходимые рекомендации.  Разучить ускорения пробегать отрезки 3х10м.,4х9м.  Прыжок с места.  «Охотники и утки» | Нравственно-этическая  ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий; | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и  корректив в план и  способ действия в случае расхождения  эталона, реального  действия и его результата. |  |  |
| 13 | Пробежать дистанцию 30м.,3х10м.  Эстафеты. | Комплк-сный  Конт  роль | Выполнение комплексов  упражнений, подвижные игры, соревнования, измерение показателей физического развития, занятие спортом.  Пробежать дистанцию 30м.,3х10м.  Эстафеты.  Футбол | Смыслообразование, т. е. установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. Ученик должен задаваться вопросом: какое значение и какой смысл имеет для меня учение? — и уметь на него отвечать. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Прогнозирование* –  предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временн**ы**х характеристик.  *Оценка* – выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 14 | Совершенствовать выносливость  в беге на 1 километр | Комплексный | Равномерный бег 3мин Чередование ходьбы и бега. Игра «Третий лишний»  Совершенствовать выносливость в беге на 1км.  Ускорения  Эстафеты | Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности на основе:  -развития познавательных интересов, учебных мотивов;  -формирования мотивов  достижения и социального признания | | Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Планирование общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов |  |  |
| 15 | Обучение техники  прыжка в длину  с места | Изучение нового м-ла | Подвижные игры: «Метко в  цель», «Кто дальше бросит». Выполнение  комплексов упражнений, подвижные игры, соревнования, измерение показателей  физического развития,  занятие спортом.  Обучение техники  прыжка в длину с места  Футбол | Формирование  Ценностных  ориентиров  И смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов. |  |  |
| 16 | Разучить многоскоки  Игры. | Совершенствование ЗУН | Выполнение  комплексов  ОРУ, подвижные игры, соревнования,  измерение показателей  физического развития, занятие спортом.  Разучить многоскоки  Техника метания мяча в цель  Подвижные игры: «Метко в  цель», «Кто дальше бросит».  «Вызов номеров» | Формирование ценностных  Ориентиров и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля. |  |  |
| 17 | Разучить технику метания мяча в цель. Подтягивание на перекладине. | Контро  льный | Разучить технику метания мяча в цель. Подтягивание на перекладине.  Игра: «Через кочки  и  пенечки». «Вызов номеров» | Формирование  ценностных  ориентиров  и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели,  функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено  и что нужно усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 18 | Обучение  технике бега.  Равномерный  бег 6 мин.  Игра | Изуче  ние  нового  м-ла | Стартовые ускорения на 15-  20 метров (высокий старт), 15-20 метров (низкий) старт  Обучение технике бега.  Равномерный бег 6 мин.  Игра «Прыгающие воробушки» | Нравственно-этическая  ориентация, в том числе и оценивание  усваиваемого содержания  (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный  моральный выбор. | | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 19 | Закрепление  техники  бега. Бег  30 метров (контроль)  Эстафеты. | Совершенствование ЗУН | Равномерный бег 5мин.  Выполнение комплексов упражнений, подвижные  игры, соревнования.  Закрепление техники  бега. Бег 30 метров (контроль)  Эстафеты. | Нравственно-этическая  ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено  и что нужно усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 20 | Учет бега на выносливость.  Подвижные игры. | Контро  льный | Бег 100м  Выполнение комплексов упражнений, подвижные игры, соревнования.  Эстафеты | Смыслообразование, т. е. установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность. | | Управление  поведением партнёра  — контроль, коррекция, оценка его действий. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| ***Гимнастика - 7ч. Подвижные игры, спортивные игры*** | | | | | | | | | |
| 21—  22 | Техника  безопасности  на уроках  гимнастики. Роль акробатических упражнений для физического  развития.  Строевые упр.  Лазание по гимнастической стенке. | Изуче  ние  нового  м-ла | Техника безопасности  на уроках гимнастики. Роль акробатических упражнений для физического развития.  Строевые упр.  Лазание по гимнастической стенке.  «По своим местам»  «Меткий снайпер» | Смыслообразование, т. е.  установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 23—  24 | Перекаты в  группировке с последующей  опорой руками за головой. | Изучение нового м-ла | Выполнение  комплексов  упражнений . Перекаты в  группировке с последующей опорой руками за головой.  Лазание по гимнастической стенке.  «Перестрелка»  «Очисти сад от камней» | Формирование  Ценностных  Ориентиров  И смыслов  учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 25—  26 | Кувырок вперед  из упора присев.  Стойка на лопатках  С поддержкой. | Изуче  ние  нового  м-ла | Группировка,  перекаты  в группировке. Упражнения на равновесии на гимн. скамейке.  Кувырок вперед из упора присев. Стойка на лопатках с поддержкой.  Игра на внимание.  «Гонка мячей»  «Третий лишний» | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 27 | Обучение технике  кувырка в сторону, вперёд. | Изучение нового м-ла | Обучение технике  кувырка в сторону, вперёд.  Стойка на лопатках с  поддержкой.  Упражнения на равновесии на гимн. скамейке.  «Гонка мячей»  «Третий лишний» | Формирование  ценностных  ориентиров  и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено  и что нужно усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| ***2 четверть. Гимнастика - 14ч. Из них 2 часа теории. Подвижные игры, спортивные игры.- 7 ч.*** | | | | | | | | | |
| 28 | Повторить технике  кувырка в сторону, вперёд.  Группировка и  перекаты в  группировке.  Теория  выполняем  физкультминутки. | Комплексный | Группировка и перекаты в  группировке.  Повторить технике  кувырка в сторону, вперёд. Для чего  необходимо проводить ,и при  каких случаях физкультминутки.  «Охотники и утки» | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено  и что нужно усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 29 | Лазание по гимнастической стенке. Эстафеты | Совер  ше  нство  ва  ние ЗУН | Лазание по гимнастической стенке.  Игра с построением в одну  шеренгу: «Кто быстрее». Стойка на лопатках, кувырок  вперед.  Эстафеты | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено  и что нужно усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 30 | Стойка на лопатках с помощью страховки. | Контро  льный | Стойка на лопатках с помощью страховки.  Кувырок вперед ( зачёт) .  Эстафеты с лазанием. | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 31 | ОРУ с гимнастической  палкой под музыку. Лазание по наклонной скамейке. | Изучение нового м-ла | ОРУ с гимнастической  палкой под музыку. Лазание по наклонной скамейке.  Игра «Гимнасты» с  элементами акробатики. Танцевальные шаги.  Перекаты в группировке - кувырок назад. | Формирование  ценностных  ориентиров и  смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 32 | «Мост» со страховкой.  Кувырок вперед, назад**.** | Соверше  нствова  ние ЗУН | «Мост» со страховкой.  Кувырок вперед, назад.  Подвижная игра:  «Гимнасты».  Лазание по гимнастической наклонной скамейке. | Формирование  ценностных  ориентиров  и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Саморегуляция* как  способность к мобилизации сил и  энергии, к волевому  усилию (к выбору в ситуации  мотивационного  конфликта) и к преодолению препятствий. |  |  |
| 33 | ОРУ с гимнастической  палкой.  Упражнение в равновесии на напольном бревне. | Совершенствование ЗУН | ОРУ с гимнастической  палкой.  Упражнение в равновесии на напольном бревне.  Выполнение комплексов  упражнений, подвижные игры, соревнования.  «Мост» со страховкой.  «Веревочка».  «Салки» | Формирование  ценностных  ориентиров и  смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Саморегуляция* как  способность к мобилизации сил и  энергии, к волевому  усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и к преодолению препятствий. |  |  |
| 34 | Перелазание через  препятствия. «Мост» со страховкой. | Совершен  ствование ЗУН | Перелазание через  препятствия. «Мост» со страховкой.  Выполнение комплексов  упражнений, подвижные игры, соревнования.  Упражнения в равновесии.  «Строим мост»  «Перестрелка» | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | | Ориентация на  понимание причин успеха в учебной  деятельности:  самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | *Саморегуляция* как  способность к мобилизации сил и  энергии, к волевому  усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и к преодолению препятствий. |  |  |
| 35 | ОРУ с гимнастической  палкой.  Эстафеты по наклонной скамейке. | Соверше  нство  вание ЗУН | ОРУ с гимнастической  палкой.  Эстафеты по наклонной скамейке.  Продолжить обучение: висы  на гимнастической стенке и на перекладине, подтягивание  в висе; «Мост» лежа на  спине; стойка на лопатках.  «Строим мост»  «Перестрелка» | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | | Ориентация на  понимание причин успеха в учебной  деятельности:  самоанализ и самоконтроль  результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | *Саморегуляция* как  способность к мобилизации сил и  энергии, к волевому  усилию (к выбору в ситуации  мотивационного  конфликта) и к преодолению препятствий. |  |  |
| 36 | ОРУ со скакалкой.  «Мост», оценить кувырок назад. Подтягивание в висе. | Соверше  нствование ЗУН | ОРУ со скакалкой.  «Мост», оценить кувырок назад. Подтягивание в висе.  Выполнение комплексов  упражнений, подвижные игры, соревнования.  Игра:  «Попрыгунчики- воробушки» | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата; способность к самооценке на  основе критериев успешности учебной деятельности. | | Ориентация на  понимание причин успеха в учебной  деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата; способность к  самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | *Саморегуляция* как  способность к мобилизации сил и  энергии, к волевому усилию (к выбору в  ситуации мотивационного конфликта) и к  преодолению препятствий. |  |  |
| 37 | ОРУ со скакалкой. Упражнения в висе на гимнастической  стенке. | Контро  льный | ОРУ со скакалкой. Упражнения в висе на гимнастической стенке.  Упр.на развитие мышц пресса иплечевого пояса. Мальчики: подтягивание в висе на перекладине; девочки- подтягивание в висе лежа.  Подвижная игра: «У медведя во бору» | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата; способность к самооценке на  основе критериев успешности учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и  корректив в план и способ действия в  случае расхождения эталона, реального  действия и его результата. |  |  |
| 38 | ОРУ со скакалкой.  Упражнения для  Укрепления мышц живота и плечевого пояса  Ходьба на низком бревне  ( на носках, переменный шаг, шаг с подскоком). | Комплексный | ОРУ со скакалкой.  Упражнения для  укрепления мышц живота и плечевого пояса  Ходьба на низком бревне  ( на носках, переменный шаг, шаг с подскоко  «Мост» из положения лежа.  Ходьба на низком бревне  ( на носках, переменный шаг, шаг с подскоком).  «Скалолазы». | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и  корректив в план и  способ действия в случае расхождения  эталона, реального  действия и его результата. |  |  |
| 39 | ОРУ со скакалкой.  Ходьба на низком бревне  ( на носках, пере-менный  шаг; шаг подскок).  Теория одежда для  занятий ф изичес к ими упражнениями. | Изуче  ние  нового  м-ла. | Одежда на уроке физической культуры в спортивном зале, на стадионе.  ОРУ со скакалкой.  Ходьба на низком бревне  ( на носках, пере-менный  шаг; шаг подскок).  «Парашутисты»  «Лисички» | Формирование  ценностных  ориентиров  и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 40 | Акробатическая связка-кувырок, мост и стойка на лопатках. Упражнения на низкой перекладине. | Соверше  нствова  ние ЗУН | Акробатика-кувырок, мост и стойка на лопатках. Упражнения на низкой перекладине.  Подвижная игра: «Воробьи и  вороны». | Формирование  ценностных  ориентиров и  смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено  и что нужно усвоить, осознание качества и  уровня усвоения. |  |  |
| 41 | Опорный прыжок наскок и перелезание через козла.  Висы качи и соскоки на низкой перекладине | Урок коррекции | Опорный прыжок наскок и перелезание через козла.  Висы качи и соскоки на низкой перекладине.  Подводящие упражнения для разучивания переворота боком: «Колесо».  «Через кочки и пенечки». | Формирование  Ценностных  Ориентиров и  смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено  и что нужно усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| ***Подвижные игры - 7ч.Из них 1 час теории.*** | | | | | | | | | |
| 42 | Техника безопасности во время занятий  играми.  Перемещения в шаге и беге,прыжок вверх толчком двумя ногами.  Ловля и передача мяча двумя руками от груди; двумя руками с отскоком от пола. | Изуче  ние нового  м-ла | Перемещения в шаге и беге,  прыжок вверх толчком двумя ногами.  Ловля и передача мяча двумя руками от груди; двумя руками с отскоком от пола.  Игра «Играй-играй мяч не теряй». | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того,  что уже усвоено и что нужно усвоить,  осознание качества  и уровня усвоения. |  |  |
| 43 | Ведение мяча с  изменением направления.  Теория-тело человека. | Изучение нового м-ла | Перемещения в  баскетбольной стойке. Ловля и передача мяча двумя руками от груди .  Зачем нам нужен скелет.  Игры: «Мяч водящему», «У кого меньше мячей». | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 44 | Бросок мяча снизу на  месте в щит. Учебная игра в «мини- баскетбол» | Изучение нового м-ла | ОРУ с мячом. Остановка в  широком шаге по сигналу при беге в среднем темпе. Ловля и передача мяча в парах. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Игра  «Мяч водящему», «Мяч в обруч» | Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 45 | Технака безопасности при игре в пионербол.  Верхняя и нижняя передачи мяча над собой | Изуче  нового  м-ла | ОРУ с мячом. Передача и  ловля мяча в парах двумя руками от груди. Ведение мяча на месте, ведение мяча в движении (правой и левой рукой).  Игра «У кого меньше мячей» | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того, что уже усвоено и  что нужно усвоить, осознание качества  и уровня усвоения. |  |  |
| 46 | Верхняя и нижняя передачи мяча в парах | Компле  ксный | ОРУ с мячом. Ведение мяча  на месте и в движении (правой, левой рукой). Эстафеты с ведением и передачей мяча. Игра «Школа мяча» | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того,  что уже усвоено и что нужно усвоить,  осознание качества  и уровня усвоения. |  |  |
| 47 | Нижняя прямая подача  мяча в кругу | Комп  лексный | Передача мяча в парах.  Ведение мяча на месте. Передачи в колоннах двумя руками, одной слева, одной справа. Эстафеты с ведением мяча. | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –  внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 48 | Учебная игра в  «Пионербол» Теория- Мышцы человека. | Компле  ксный | Передача мяча в парах, по  кругу. Правила игры. Перебрасывание мяча через сетку Зачем человеку мыщцы.  «Пионербол»  «Вызов номеров» | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –  внесение необходимых  дополнений и  корректив в план и способ действия в  случае  расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| ***3 четверть . Лыжная подготовка - 20ч. Из них 2 часа теории.Подвижные, спортивные игры – 7 ч.***  **В случае неблагоприятных погодных условий занятия лыжной подготовки заменяются; ОФП, подвижными играми.** | | | | | | | | | |
| 49 | ТБ на уроках лыжной  подготовки.  Строевые упражнения с лыжами  Передвижение ступающим шагом | Изуче  ние нового  м-ла | ТБ на уроках лыжной  подготовки.  Строевые упр. с лыжами  Упражнения - перенос массы  тела с лыжи на лыжу, поднимание и опускание носков и пяток лыж,  Передвижение за учителем в колонне по 1 по лыжне  Передвижение ступающим шагом | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 50—  51 | Обучение технике ступающего и скользящего шага без палок и с палками. | Изучение нового м-ла | Игра «Кто быстрее»  Передвижение ступающим шагом в шеренге. Передвижение скользящим шагом без палок в шеренге и в колонне. | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и  корректив в план и  способ действия в случае расхождения  эталона, реального  действия и его результата. |  |  |
| 52—  53 | Обучение технике повороты переступанием. Подвижная игра  «Снежки» | Изуче  ние  нового  м-ла | Эстафета «Кто быстрее» без палок. Ступающий шаг. Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок. Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж.  Подвижная игра  «Снежки» | | Смыслообразование, т. е.  установление обучающимися связи между  целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 54 | Обучение технике подъема и спуска под уклон. | Изуче  ние  нового  м-ла | Обучение технике подъема и спуска под уклон.  Подвижная игра «Кто быстрее нарисует на лыжах солнце».  «Ксвоим флажкам» | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 55 | Обучение технике  передвижение ступающим шагом, длительное скольжение на одной лыже. | Изучение нового  м-ла | Передвижение скользящим  шагом под пологий уклон.  Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку», «Самокат» | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено  и что нужно усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 56 | Передвижение под  пологий уклон скользящим шагом без палок. | Изуче  ние  нового  м-ла | То же под пологий уклон с  широкими размахиваниями руками, То же с палками держа их за середину Игра  «Кто быстрее?»  «Вызов номеров» | | Смыслообразование, т. е.  установление обучающимися связи между  целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 57 | Передвижение  скользящим шагом без палок-30 м. | Изуче  ние  нового  м-ла | Поворот переступанием  вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.  «Вызов номеров»  «Перестрелка» | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 58 | Передвижение  скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Теория-Закаливание | Компле  ксный. | Передвижение  скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.  Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке.  Способы и  последовательность закаливания.  «Ксвоим флажкам»  «Слалом» | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и  корректив в план и  способ действия в случае расхождения  эталона, реального  действия и его результата. |  |  |
| 59 | Спуск в основной  стойке. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками. | Соверше  нство  вание ЗУН | Спуск в основной  стойке. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками.  Игра «С горки на горку»,  «Самокат», «Кто дальше проскользит?». | | Смыслообразование, т. е.  установление обучающимися связи между  целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 60 | Передвижение  скользящим шагом в шеренге. | Соверше  нствова  ние ЗУН | Передвижение  скользящим шагом в шеренге.  Игра «Кто быстрее». | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 61 | Ступающий шаг.  Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок. | Соверше  нство  вание ЗУН | Ступающий шаг.  Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок.  Игра – эстафета «Кто  быстрее» без палок.  «Вызов номеров» | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и  корректив в план и  способ действия в случае расхождения  эталона, реального  действия и его результата. |  |  |
| 62 | Передвижение по  кругу, чередуя ступаю- щий и скользящий шаг без палок. | Соверше  нствова  ние  ЗУН | Упр: прыжки на месте; приставные шаги в сторону.  Передвижение по  кругу, чередуя ступаю- щий и скользящий шаг без палок.  Игра «Чей веер лучше», Игра  «Кто быстрее» | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 63 | Передвижение  ступающим шагом с широкими размахиваниями руками. | Соверш  нствова  ние ЗУН | Передвижение скользящим  шагом под пологий уклон.  Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку». | | Смыслообразование, т. е.  установление обучающимися связи между  целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 64 | Передвижение под  пологий уклон скользящим шагом без палок. | Соверше  нство  вание  ЗУН | Скользящим шагом под  пологий уклон с широкими размахиваниями руками. То же с палками держа их за середину. Подъем ступающим шагом на небольшую горку, спуск в основной стойке. Игра «Кто быстрее?»  «Ксвоим флажкам»  «Слалом» | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и  корректив в план и  способ действия в случае расхождения  эталона, реального  действия и его результата. |  |  |
| 65 | Передвижение  скользящим шагом без палок - 30 м.Теория-что делать если ты плохо себя чувствуешь. | Изуче  ние  нового  м-ла. | Поворот переступанием  вокруг пяток лыж.  Признаки плохого самочувствия, и правильные шаги для его устранения.  «Ксвоим флажкам»  «Ксвоим флажкам»  «Слалом» | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 66 | Скользящий шаг с  палками на отрезке до 100 м  Спуски и подъемы, прохождение дистанции  1 км скользящим шагом с палками. | Компле  ксный | Игра «Кто дальше  проскользит?» «Ксвоим флажкам»  «Слалом»  Скользящий шаг с  палками на отрезке до 100 м  Спуски и подъемы, прохождение дистанции  1 км скользящим шагом с палками. | | Формирование ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено  и что нужно усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 67 | Ознакомление с  попеременным двухшажным ходом. | Изучение нового м-ла | Согласованность движений  рук и ног. Передвижение 30-50 м.  Спуск в основной стойке, подъем «Лесенкой». Эстафеты. | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение и  осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 68 | Передвижение  скользящим шагом дистанции 1 км на время. | Компле  ксный | Игра «С горки на горку».  Игры «Не задень»,  «Биатлон», «Подними».  Преодоление подъема ступающим шагом и  «лесенкой» наискось,  опираясь на лыжные палки; спуск в основной стойке. | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесение  необходимых дополнений и  корректив в план и  способ действия в случае расхождения  эталона, реального  действия и его результата. |  |  |
| ***Подвижные игры - 7ч.Из них 1 час теории.*** | | | | | | | | | |
| 69 | Техника безопасности  на уроках подвижных игр, минибаскетбола, пионербола .  Стоики пермещение встойке. Ловля ипередача мяча в парах. | Изуче  ние  нового  м-ла | ОРУ. Игры «К своим  флажкам», «2 мороза»  Техника безопасности  на уроках подвижных игр и баскетбола.  Стоики пермещение встойке. Ловля ипередача мяча в парах. | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –  внесение необходимых  дополнений и  корректив в план и способ действия в  случае  расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 70 | Закрепление техники  игры. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты | Компл  ексный | ОРУ. Игры «Пятнашки», «2  мороза». Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того,  что уже усвоено и что нужно усвоить,  осознание качества  и уровня усвоения. |  |  |
| 71 | Совершенствование  техники ловли и передача мяча на месте и в движении.  Броски снизу в кольцо  двумя руками снизу. | Компле  ксный | ОРУ в движении. Игры:  «Прыгающие воробышки»,  «Зайцы в огороде».  Ловля и передача мяча на месте и в движении.  Игра «Мяч в корзину»  Броски снизу в кольцо  двумя руками снизу. | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –  внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 72 | Совершенствование  бросков снизу в кольцо двумя руками снизу. | Соверше  нство  вание  ЗУН | Игра «Мяч в корзину» ,  «Бросай - поймай»  Совершенствование  бросков снизу в кольцо двумя руками снизу. | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 73 | Ловля и передача мяча  на месте и в движении по кругу. Эстафеты с мячом. | Контро  льный | Игра «Выстрел в небо»  Ловля и передача мяча  на месте и в движении по кругу. Эстафеты с мячом. | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата; способность к самооценке на  основе критериев успешности учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –  внесение необходимых  дополнений и корректив в план и  способ действия в случае  расхождения эталона, реального действия и его  результата. |  |  |
| 74 | Ловля и передача мяча  на месте и в движении по кругу. Эстафеты с мячом.  Теория- правила игры и соревнований по мини-боскетболу. | Изуче  ние  нового  м-ла | Игра «Выстрел в небо»  «Борьба за мяч»  Ловля и передача мяча  на месте и в движении по кругу. Эстафеты с мячом. Учимся обращаться с мячом.  Знать правила игры и соревнований по мини-боскетболу. | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –  внесение необходимых  дополнений и  корректив в план и способ действия в  случае  расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 75 | Обучение технике  выполнения упражнений с мячом в баскетболе. | Изучение  нового  матери  ала |  | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| ***4 четверть. Лёгкая атлетика- 12ч. Из них 2 часа теории. Подвижные игры с элементами сортивных игр – 7ч. Из них 2 ч. теории.***  ***Кроссовая подготовка – 5 ч. Из них 2 часа теории.*** | | | | | | | | | |
| ***Подвижные игры с элементами сортивных игр (баскетбол)– 7ч.*** | | | | | | | | | |
| 76 | Техника безопасности во время занятий  играми.  Перемещения в шаге и беге,  прыжок вверх толчком двумя ногами.  Ловля и передача мяча двумя руками от груди; двумя руками с отскоком от пола. | Изучение нового  м-ла | Перемещения в шаге и беге,  прыжок вверх толчком двумя ногами.  Ловля и передача мяча двумя руками от груди; двумя руками с отскоком от пола.  Игра «Играй-играй мяч не теряй». | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того,  что уже усвоено и что нужно усвоить,  осознание качества  и уровня усвоения. |  |  |
| 77 | Ведение мяча с  изменением направления.  Теория-тело человека. | Изучение  нового  м-ла | Перемещения в  баскетбольной стойке. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, двумя руками, с отскоком от пола, над головой сверху.  Зачем нам нужен скелет.  Игры: «Мяч водящему», «У кого меньше мячей». | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 78 | Бросок мяча снизу на  месте в щит. Учебная игра в «мини- баскетбол» | Изучение нового  м-ла | ОРУ с мячом. Остановка в  широком шаге по сигналу при беге в среднем темпе. Ловля и передача мяча в парах. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Игра  «Мяч водящему», «Мяч в обруч» | | Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 79 | Технака безопасности при игре в пионербол.  Верхняя и нижняя передачи мяча над собой | Изучение  нового  м-ла | ОРУ с мячом. Передача и  ловля мяча в парах двумя руками от груди. Ведение мяча на месте, ведение мяча в движении (правой и левой рукой).  Игра «У кого меньше мячей» | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того, что уже усвоено и  что нужно усвоить, осознание качества  и уровня усвоения. |  |  |
| 80 | Верхняя и нижняя передачи мяча в парах | Компле  ксный | ОРУ с мячом. Ведение мяча  на месте и в движении (правой, левой рукой). Эстафеты с ведением и передачей мяча. Игра «Школа мяча» | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того,  что уже усвоено и что нужно усвоить,  осознание качества  и уровня усвоения. |  |  |
| 81 | Нижняя прямая подача  мяча в кругу | Компл  ексный | Передача мяча в парах.  Ведение мяча на месте. Передачи в колоннах двумя руками, одной слева, одной справа. Эстафеты с ведением мяча. | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –  внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 82 | Учебная игра в  «Пионербол» Теория- Мышцы человека. | Комп  лексный | Передача мяча в парах, по  кругу. Правила игры. Перебрасывание мяча через сетку Зачем человеку мыщцы.  «Пионербол»  «Вызов номеров» | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –  внесение необходимых  дополнений и  корректив в план и способ действия в  случае  расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| ***Кроссовая подготовка - 5 часов Из них 2 часа теории.*** | | | | | | | | | |
| 83 | Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.  Строевыеупр. Разминка.  Равномерный бег 3  минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). | Комплексный | Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.  Равномерный бег 3  минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м).  Подвижная игра «Пятнашки».  ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *скорость бега* | | Формирование ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того,  что уже усвоено и что нужно усвоить,  осознание качества  и уровня усвоения. |  |  |
| 84 | Равномерный бег 4  минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м).Теория – двигательные качества человека.  Теория- тренировать выносливость в беге на длинные дистанции. | Комп  лексный | Подвижная игра «Пятнашки».  ОРУ. Развитие выносливости. Раскрыть содержание темы. | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 85 | Равномерный бег 5  минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м).  Теория- тренировать выносливость в беге на длинные дистанции | Комп  лексный | Подвижная игра «Пятнашки».  ОРУ.  Развитие выносливости. Понятие *скорость бега* | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того,  что уже усвоено и что нужно усвоить,  осознание качества  и уровня усвоения. |  |  |
| 86 | Равномерный бег 6минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м).  Теория-самоконтроль за самочуствием в беге на длинные дистанции. | Компл  ексный | Подвижная игра «Третий  лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *дистанция*  Самоконтроль за самочуствием в беге на длинные дистанции. | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –  внесение необходимых  дополнений и  корректив в план и способ действия в  случае  расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 87 | Равномерный бег 7  минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). | Комплексный | Подвижная игра «Третий  лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *здоровье* | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| ***Лёгкая атлетика - 12ч. Из них 2 часа теории Подвижные игры, спортивные игры*** | | | | | | | | | |
| 88 | Строевые упр.  ОРУ в движении.  Разминка. Высокий старт.  Ходьба и бег. Прыжки через скакалку. | Комп  лексный | Беговые упражнения.  Строевые упр.  ОРУ в движении.  Разминка. Высокий старт.  Прыжки через препятствия. Подвижные игры  «Третий лишний»  «Охотники и утки» | | Смыслообразование, т. е.  установление обучающимися связи между  целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 89 | Различные  виды  ходьбы. Низкий старт.Бег с изменением направления, ритма, темпа. Бег 30м | Компл  ексный | Бег в заданном коридоре.  Разминка. Низкий старт.  Бег 30м.  Игра «Вороны и воробьи»  Прыжки через скакалку. | | Формирование ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того,  что уже усвоено и что нужно  усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 90 | ОРУ Прыжки в длину с  места.  Многоскоки.  Эстафеты. | Комп  лексный | Беговые упражнения  Челночный бег 3х10 м. Игра  «невод». Прыжок в длину с места: через обруч. Игра  «Рыбаки и рыбки». | | Смыслообразование, т. е.  установление обучающимися связи между  целью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планирование  общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 91 | ОРУ Прыжки в длину с  разбега, с отталкиваем одной ногой и приземлением на 2 ноги. | Комп  лексный | Прыжок в длину с разбега с  мягким приземлением на обе ноги. Челночный бег (3х10 м). Подвижная игра «Лисы и куры». | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 92—  93 | Ускорения челночный бег  3х10м.; 4х9м.  Т еория-развиваем  быстроту. | Изуче  ние  нового  м-ла. | Ускорения челночный бег  3х10м.; 4х9м.  Развития быстроты с  помощью упражнений.  «Вызов номеров»  «Салки» | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того,  что уже усвоено и что нужно  усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 94—  95 | Многоскоки.  Метание малого мяча в  цель с 3-4м.  Метание мяча на  дальность.  Эстафеты. | Компле  ксный | ОРУ. Многоскоки.  Метание малого мяча в  цель с 3-4м. Эстафеты.  Прыжки в  длину с разбега (отталкиваться одной, приземляться на обе ноги).  «Меткий снайпер»  «Лисички» | | Формирование  ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 96 | ОРУ в движении.  Бег 30 м (учёт). Подвижные игры. | Комплексный | ОРУ в движении.  Бег 30 м (учёт) .  Прыжки в длину с разбега  (обратить внимание на отталкивание одной ногой). Бег на 200 м в умеренном темпе. Подвижная игра  «Круг-кружочек».  «Пятнашки»,  «Попрыгунчики-воробушки». | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и  самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности  учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –  внесение необходимых  дополнений и  корректив в план и способ действия  в случае  расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 97 | ОРУ. Челночный бег 3х10м..  Бег по пересечённой местности. | Компле  ксный | ОРУ. Челночный бег 3х10м..  Равномерный бег 3 мин.  Чередование ходьбы, бега (50м-бег, 100 м-ходьба)  «Охотники и утки»  «Салки» | | Формирование ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 98 | ОРУ в движении.  Медленный бег до 6 мин. Эстафеты.  Теория-как расслаблять  мыщцы. | Комплексный | Равномерныйбег 6мин.Чередование ходьбы, бега (50м-бег, 100м-ходьба) Прыжки в длину с разбега. Для чего и как правильно  расслаблять мыщы.  «Охотники и утки»  «Салки» | | Формирование  Ценностных  ориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –  выделение и осознание  учащимися того,  что уже усвоено и что нужно  усвоить,  осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 99 | Итоговое занятие. Тесты. Игры. Зачетные упр. Бег 1000 м без учета  времени. Игры. | Подведение итогов.  Компле  ксный | ОРУ в движении.  Бег 1000 м без учета  времени. Митания мяча.  Подвижные  Игры:«К своим флажкам»,  «Кто дальше бросит», «Так и так». | | Ориентация на понимание  причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Планирование  учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| **Итого за год: 99 часов.** | | | | | | | | | |