**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 занятиеТехникабезопасности во время занятий физическойкультурой.Строевые упражнения | Вводный | Знать основы ТБ,профилактика травматизма. Обучение строевымупражнениям: построение вколонну 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 ценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности наоснове:-развития познавательных интересов, учебных мотивов;-формирования мотивов достижения и социального признания;- мотива, реализующего потребность в социально значимой и социальнооцениваемой деятельности. Ученик должен задаватьсявопросом: Какое значение и какой смысл имеет для меня учение? – и уметь на негоотвечать. | Планированиеучебного сотрудничества сучителем исверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия; постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации. | *Целеполагание* - какпостановка учебной задачи на основе того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно. *планирование* определение последовательности промежуточныхцелей с учётом конечного результата;составление плана ипоследовательности действий;*контроль* в формесличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаруженияотклонений и отличий от эталона; |  |  |
| 3—4 | ОРУ. Ходьба. Обычный бег Разучить высокий стартТЕОРИЯБеседа о значении занятий физизическимиупражнениями | Изучение нового м-ла | Продолжить обучениестроевых 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 позицияшкольника;учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу;ориентация на понимание причин успеха в учебнойдеятельности: самоанализ и самоконтроль результата;способность к самооценке наоснове критериев успешности учебной деятельности. | Умение сдостаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. | *Прогнозирование* –предвосхищение результата и уровняусвоения знаний, еговременн**ы**х характеристик. |  |  |
| 5—6  | ОРУ. Ходьба. Обычный бег Повторить высокий стартПодготовка к бегу на длинные дистанции. Игры. | Изучение нового м-ла | Бег с изменением направления, в чередовании с ходьбой, с преодолением препятствий. ОРУ (в кругу) Обычный бег Повторить высокий стартПодготовка 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 строитьпродуктивное 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 стартБег 500мОРУ без предметов**.** | Комплексный | Разучить низкий стартБег 500мОРУ без предметов.Игра:«Лисички»«Метание на точность» | Формирование ценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности на основе:-развития познавательных интересов, учебных мотивов;-формирования мотивов достижения и социального признания. | Ориентация напонимание причин успеха в учебнойдеятельности:самоанализ и самоконтрольрезультата;способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоенои что нужно усвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 8—9 | Повторить низкий стартПодготовка к бегу на длинные дистанции. Подвижные игры | Изучение нового материала | Повторить высокий стартПодготовка к бегу на длинные дистанции. Прыжок в длину с места.Подвижные игры:«Лисички », «Кто дальше прыгнет».ОРУ с мячом. | Нравственно-этическаяориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | Управлениеповедением партнёра— контроль, коррекция, оценка его действий; | *Прогнозирование* –предвосхищение результата и уровняусвоения знаний, еговременн**ы**х характеристик. |  |  |
| 10—11 | Разучить ускорения в беге на 30м.Прыжок с места. Эстафеты | Комплексный | ОРУ со скакалкой.Разучить ускорения в беге на 30м.Прыжок с места. Эстафеты«Охотники и утки» | Нравственно-этическаяориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | Управлениеповедением партнёра— контроль, коррекция, оценка его действий; | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений икорректив в план испособ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 12 |  Разучить Ускорения пробегать отрезки 3х10м.,4х9м.ТЕОРИЯ .Зарядка – Утренняягигиеническая гимнастика | Изучение нового м-ла. | Польза утренней гимнастики,необходимые рекомендации.Разучить ускорения пробегать отрезки 3х10м.,4х9м.Прыжок с места.«Охотники и утки» | Нравственно-этическаяориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | Управлениеповедением партнёра— контроль, коррекция, оценка его действий; | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений икорректив в план испособ действия в случае расхожденияэталона, реальногодействия и его результата. |  |  |
| 13 | Пробежать дистанцию 30м.,3х10м.  Эстафеты. | Комплк-сный Контроль | Выполнение комплексовупражнений, 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. | Планированиеучебного 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.УскоренияЭстафеты | Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности на основе:-развития познавательных интересов, учебных мотивов;-формирования мотивовдостижения 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 вцель», «Кто дальше бросит». Выполнениекомплексов упражнений, подвижные игры, соревнования, измерение показателейфизического развития,занятие спортом.Обучение техники прыжка в длину с местаФутбол | ФормированиеЦенностныхориентировИ смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей 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 | ВыполнениекомплексовОРУ, подвижные игры, соревнования,измерение показателейфизического развития, занятие спортом.Разучить многоскоки Техника метания мяча в цельПодвижные игры: «Метко вцель», «Кто дальше бросит».«Вызов номеров» | Формирование ценностныхОриентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей 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. | Контрольный | Разучить технику метания мяча в цель. Подтягивание на перекладине.Игра: «Через кочкиипенечки». «Вызов номеров» | Формированиеценностныхориентирови смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели,функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоенои что нужно усвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 18 | Обучение технике бега.Равномерный бег 6 мин. Игра | Изучение новогом-ла | Стартовые ускорения на 15-20 метров (высокий старт), 15-20 метров (низкий) стартОбучение технике бега.Равномерный бег 6 мин.Игра «Прыгающие воробушки» | Нравственно-этическаяориентация, в том числе и оцениваниеусваиваемого содержания(исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностныйморальный выбор. | Управлениеповедением партнёра— контроль, коррекция, оценка его действий. | Планированиеобщей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 19 | Закрепление техникибега. Бег 30 метров (контроль)Эстафеты. | Совершенствование ЗУН | Равномерный бег 5мин.Выполнение комплексов упражнений, подвижныеигры, соревнования.Закрепление техникибега. Бег 30 метров (контроль)Эстафеты. | Нравственно-этическаяориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. | Управлениеповедением партнёра— контроль, коррекция, оценка его действий. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоенои что нужно усвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 20 | Учет бега на выносливость.Подвижные игры. | Контрольный | Бег 100мВыполнение 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. | Управлениеповедением партнёра— контроль, коррекция, оценка его действий. | Планированиеобщей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| ***Гимнастика - 7ч. Подвижные игры, спортивные игры*** |
| 21—22 | Техника безопасностина уроках гимнастики. Роль акробатических упражнений для физического развития.Строевые упр. Лазание по гимнастической стенке. | Изучение нового м-ла | Техника безопасностина 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. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 23—24 | Перекаты вгруппировке с последующей опорой руками за головой. | Изучение нового м-ла | Выполнениекомплексовупражнений . Перекаты вгруппировке с последующей опорой руками за головой. Лазание по гимнастической стенке.«Перестрелка»«Очисти сад от камней» | ФормированиеЦенностныхОриентировИ смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей 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. | Изучение нового  м-ла | Группировка,перекатыв группировке. Упражнения на равновесии на гимн. скамейке.  Кувырок вперед из упора присев. Стойка на лопатках с поддержкой. Игра на внимание.«Гонка мячей»«Третий лишний» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 27 | Обучение техникекувырка в сторону, вперёд. | Изучение нового м-ла |  Обучение техникекувырка в сторону, вперёд.Стойка на лопатках споддержкой.Упражнения на равновесии на гимн. скамейке.«Гонка мячей»«Третий лишний»  | Формированиеценностныхориентирови смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоенои 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 техникекувырка в сторону, вперёд.Группировка и  перекаты вгруппировке.Теориявыполняем  физкультминутки.  | Комплексный | Группировка и перекаты вгруппировке. Повторить техникекувырка в сторону, вперёд. Для чего необходимо проводить ,и прикаких случаях физкультминутки.«Охотники и утки» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоенои что нужно усвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 29 | Лазание по гимнастической стенке. Эстафеты | Совершенствование ЗУН | Лазание по гимнастической стенке.Игра с построением в однушеренгу: «Кто быстрее». Стойка на лопатках, кувыроквперед.Эстафеты | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоенои что нужно усвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 30 | Стойка на лопатках с помощью страховки. | Контрольный | Стойка на лопатках с помощью страховки.Кувырок вперед ( зачёт) .Эстафеты с лазанием. | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 31  | ОРУ с гимнастическойпалкой под музыку. Лазание по наклонной скамейке. | Изучение нового м-ла | ОРУ с гимнастическойпалкой под музыку. Лазание по наклонной скамейке.Игра «Гимнасты» сэлементами акробатики. Танцевальные шаги.Перекаты в группировке - кувырок назад. | Формированиеценностныхориентиров исмыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 32 | «Мост» со страховкой.Кувырок вперед, назад**.** | Совершенствование ЗУН |  «Мост» со страховкой.Кувырок вперед, назад.Подвижная игра:«Гимнасты».Лазание по гимнастической наклонной скамейке. | Формированиеценностныхориентирови смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Саморегуляция* какспособность к мобилизации сил иэнергии, к волевомуусилию (к выбору в ситуациимотивационногоконфликта) и к преодолению препятствий. |  |  |
| 33 | ОРУ с гимнастическойпалкой.Упражнение в равновесии на напольном бревне. | Совершенствование ЗУН |  ОРУ с гимнастическойпалкой.Упражнение в равновесии на напольном бревне.Выполнение комплексовупражнений, подвижные игры, соревнования.«Мост» со страховкой.«Веревочка».«Салки» | Формированиеценностныхориентиров исмыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Саморегуляция* какспособность к мобилизации сил иэнергии, к волевомуусилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и к преодолению препятствий. |  |  |
| 34 | Перелазание черезпрепятствия. «Мост» со страховкой. | Совершенствование ЗУН | Перелазание черезпрепятствия. «Мост» со страховкой.Выполнение комплексовупражнений, подвижные игры, соревнования.Упражнения в равновесии.«Строим мост»«Перестрелка» | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Ориентация напонимание причин успеха в учебнойдеятельности:самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | *Саморегуляция* какспособность к мобилизации сил иэнергии, к волевомуусилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и к преодолению препятствий. |  |  |
| 35 | ОРУ с гимнастическойпалкой.Эстафеты по наклонной скамейке. | Совершенствование ЗУН |  ОРУ с гимнастическойпалкой.Эстафеты по наклонной скамейке.Продолжить обучение: висына гимнастической стенке и на перекладине, подтягиваниев висе; «Мост» лежа наспине; стойка на лопатках.«Строим мост»«Перестрелка» | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Ориентация напонимание причин успеха в учебнойдеятельности:самоанализ и самоконтрольрезультата;способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | *Саморегуляция* какспособность к мобилизации сил иэнергии, к волевомуусилию (к выбору в ситуациимотивационногоконфликта) и к преодолению препятствий. |  |  |
| 36 | ОРУ со скакалкой.«Мост», оценить кувырок назад. Подтягивание в висе. | Совершенствование ЗУН | ОРУ со скакалкой.«Мост», оценить кувырок назад. Подтягивание в висе.Выполнение комплексовупражнений, подвижные игры, соревнования.Игра: «Попрыгунчики- воробушки» | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата; способность к самооценке наоснове критериев успешности учебной деятельности. | Ориентация напонимание причин успеха в учебнойдеятельности: самоанализ исамоконтроль результата; способность ксамооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | *Саморегуляция* какспособность к мобилизации сил иэнергии, к волевому усилию (к выбору вситуации мотивационного конфликта) и кпреодолению препятствий. |  |  |
| 37 | ОРУ со скакалкой. Упражнения в висе на гимнастическойстенке. | Контрольный | 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 пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата; способность к самооценке наоснове критериев успешности учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений икорректив в план и способ действия вслучае расхождения эталона, реальногодействия и его результата. |  |  |
| 38 | ОРУ со скакалкой.Упражнения дляУкрепления мышц живота и плечевого поясаХодьба на низком бревне( на носках, переменный шаг, шаг с подскоком). | Комплексный |  ОРУ со скакалкой.Упражнения дляукрепления мышц живота и плечевого поясаХодьба 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 пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений икорректив в план испособ действия в случае расхожденияэталона, реальногодействия 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. | Изучение 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» | Формированиеценностныхориентирови смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание 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. | Совершенствование ЗУН |  Акробатика-кувырок, мост и стойка на лопатках. Упражнения на низкой перекладине.Подвижная игра: «Воробьи ивороны». | Формированиеценностныхориентиров исмыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоенои что нужно усвоить, осознание качества иуровня 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». | ФормированиеЦенностныхОриентиров исмыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоенои что нужно усвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
|  ***Подвижные игры - 7ч.Из них 1 час теории.*** |
| 42 | Техника безопасности во время занятийиграми.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». | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того,что уже усвоено и что нужно усвоить,осознание качестваи уровня усвоения. |  |  |
| 43 | Ведение мяча сизменением направления.Теория-тело человека. | Изучение нового м-ла | Перемещения вбаскетбольной стойке. Ловля и передача мяча двумя руками от груди .Зачем нам нужен скелет.Игры: «Мяч водящему», «У кого меньше мячей». | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного 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 наместе в щит. Учебная игра в «мини- баскетбол» | Изучение нового м-ла | ОРУ с мячом. Остановка вшироком 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. | Планированиеучебного 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 новогом-ла | ОРУ с мячом. Передача иловля мяча в парах двумя руками от груди. Ведение мяча на месте, ведение мяча в движении (правой и левой рукой).Игра «У кого меньше мячей» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того, что уже усвоено ичто нужно усвоить, осознание качестваи уровня усвоения. |  |  |
| 46 | Верхняя и нижняя передачи мяча в парах | Комплексный | ОРУ с мячом. Ведение мячана месте и в движении (правой, левой рукой). Эстафеты с ведением и передачей мяча. Игра «Школа мяча» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того,что уже усвоено и что нужно усвоить,осознание качестваи уровня усвоения. |  |  |
| 47 | Нижняя прямая подачамяча в кругу | Комплексный | Передача мяча в парах.Ведение мяча на месте. Передачи в колоннах двумя руками, одной слева, одной справа. Эстафеты с ведением мяча. | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Планированиеучебного 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. | Комплексный | Передача мяча в парах, покругу. Правила игры. Перебрасывание мяча через сетку Зачем человеку мыщцы.«Пионербол» «Вызов номеров» | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –внесение необходимыхдополнений икорректив в план и способ действия вслучаерасхождения 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 лыжнойподготовки. Строевые упражнения с лыжамиПередвижение ступающим шагом | Изучение нового м-ла | ТБ на уроках лыжнойподготовки.Строевые упр. с лыжамиУпражнения - перенос массытела с лыжи на лыжу, поднимание и опускание носков и пяток лыж, Передвижение за учителем в колонне по 1 по лыжнеПередвижение ступающим шагом | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание 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 пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений икорректив в план испособ действия в случае расхожденияэталона, реальногодействия и его результата. |  |  |
| 52—53 | Обучение технике повороты переступанием. Подвижная игра«Снежки» | Изучениенового 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 междуцелью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 54 | Обучение технике подъема и спуска под уклон. | Изучение нового м-ла | Обучение технике подъема и спуска под уклон.Подвижная игра «Кто быстрее нарисует на лыжах солнце».«Ксвоим флажкам» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 55 | Обучение техникепередвижение ступающим шагом, длительное скольжение на одной лыже. | Изучение нового м-ла | Передвижение скользящимшагом под пологий уклон.Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку», «Самокат» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоенои что нужно усвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 56  | Передвижение подпологий уклон скользящим шагом без палок. | Изучение нового м-ла | То же под пологий уклон сширокими размахиваниями руками, То же с палками держа их за середину Игра«Кто быстрее?»«Вызов номеров» | Смыслообразование, т. е.установление обучающимися связи междуцелью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 57 | Передвижениескользящим шагом без палок-30 м. | Изучение нового м-ла | Поворот переступаниемвокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.«Вызов номеров»«Перестрелка» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 58 | Передвижениескользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Теория-Закаливание | Комплексный. | Передвижениескользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке.Способы ипоследовательность закаливания.«Ксвоим флажкам»«Слалом» | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений икорректив в план испособ действия в случае расхожденияэталона, реальногодействия и его результата. |  |  |
| 59 | Спуск в основнойстойке. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками. | Совершенствование ЗУН | Спуск в основнойстойке. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками.Игра «С горки на горку»,«Самокат», «Кто дальше проскользит?». | Смыслообразование, т. е.установление обучающимися связи междуцелью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 60 | Передвижениескользящим шагом в шеренге. | Совершенствование ЗУН | Передвижениескользящим шагом в шеренге.Игра «Кто быстрее». | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание 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. | Совершенствование ЗУН | Ступающий шаг.Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок.Игра – эстафета «Ктобыстрее» без палок.«Вызов номеров» | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений икорректив в план испособ действия в случае расхожденияэталона, реальногодействия и его результата. |  |  |
| 62 | Передвижение покругу, чередуя ступаю- щий и скользящий шаг без палок. | Совершенствование ЗУН | Упр: прыжки на месте; приставные шаги в сторону.Передвижение покругу, чередуя ступаю- щий и скользящий шаг без палок.Игра «Чей веер лучше», Игра«Кто быстрее» | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 63 | Передвижениеступающим шагом с широкими размахиваниями руками. | Совершнствование ЗУН | Передвижение скользящимшагом под пологий уклон.Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку». | Смыслообразование, т. е.установление обучающимися связи междуцелью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 64 | Передвижение подпологий уклон скользящим шагом без палок. | Совершенствование ЗУН | Скользящим шагом подпологий 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 пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений икорректив в план испособ действия в случае расхожденияэталона, реальногодействия и его результата. |  |  |
| 65 | Передвижениескользящим шагом без палок - 30 м.Теория-что делать если ты плохо себя чувствуешь. | Изучение нового м-ла. | Поворот переступаниемвокруг пяток лыж.Признаки плохого самочувствия, и правильные шаги для его устранения.«Ксвоим флажкам»«Ксвоим флажкам»«Слалом» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 66 | Скользящий шаг спалками на отрезке до 100 мСпуски и подъемы, прохождение дистанции1 км скользящим шагом с палками. | Комплексный | Игра «Кто дальшепроскользит?» «Ксвоим флажкам»«Слалом»Скользящий шаг спалками на отрезке до 100 мСпуски и подъемы, прохождение дистанции1 км скользящим шагом с палками. | Формирование ценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоенои что нужно усвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 67 | Ознакомление спопеременным двухшажным ходом. | Изучение нового м-ла | Согласованность движенийрук и ног. Передвижение 30-50 м.Спуск в основной стойке, подъем «Лесенкой». Эстафеты. | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* – выделение иосознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 68 | Передвижениескользящим шагом дистанции 1 км на время. | Комплексный | 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 пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* – внесениенеобходимых дополнений икорректив в план испособ действия в случае расхожденияэталона, реальногодействия и его результата. |  |  |
|  ***Подвижные игры - 7ч.Из них 1 час теории.*** |
| 69 | Техника безопасностина уроках подвижных игр, минибаскетбола, пионербола .Стоики пермещение встойке. Ловля ипередача мяча в парах. | Изучениенового м-ла | ОРУ. Игры «К своимфлажкам», «2 мороза»Техника безопасностина уроках подвижных игр и баскетбола.Стоики пермещение встойке. Ловля ипередача мяча в парах. | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –внесение необходимыхдополнений икорректив в план и способ действия вслучаерасхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 70 | Закрепление техникиигры. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты | Комплексный | ОРУ. Игры «Пятнашки», «2мороза». Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того,что уже усвоено и что нужно усвоить,осознание качестваи уровня усвоения. |  |  |
| 71 | Совершенствованиетехники ловли и передача мяча на месте и в движении.Броски снизу в кольцодвумя руками снизу. | Комплексный | 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 кольцодвумя руками снизу. | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Планированиеучебного 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 | Совершенствованиебросков снизу в кольцо двумя руками снизу. | Совершенствование ЗУН | Игра «Мяч в корзину» ,«Бросай - поймай»Совершенствованиебросков снизу в кольцо двумя руками снизу. | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного 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 мячана месте и в движении по кругу. Эстафеты с мячом. | Контрольный | Игра «Выстрел в небо»Ловля и передача мячана месте и в движении по кругу. Эстафеты с мячом. | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата; способность к самооценке наоснове критериев успешности учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –внесение необходимыхдополнений и корректив в план испособ действия в случаерасхождения эталона, реального действия и егорезультата. |  |  |
| 74 | Ловля и передача мячана месте и в движении по кругу. Эстафеты с мячом.Теория- правила игры и соревнований по мини-боскетболу. | Изучение нового м-ла | Игра «Выстрел в небо»«Борьба за мяч» Ловля и передача мячана месте и в движении по кругу. Эстафеты с мячом. Учимся обращаться с мячом.Знать правила игры и соревнований по мини-боскетболу. | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –внесение необходимыхдополнений икорректив в план и способ действия вслучаерасхождения эталона, реального действия и его результата.  |  |  |
| 75 | Обучение техникевыполнения упражнений с мячом в баскетболе. | Изучениеновогоматериала |  | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного 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 занятийиграми.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». | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того,что уже усвоено и что нужно усвоить,осознание качестваи уровня усвоения. |  |  |
| 77 | Ведение мяча сизменением направления.Теория-тело человека. | Изучениенового м-ла | Перемещения вбаскетбольной 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». | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного 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 наместе в щит. Учебная игра в «мини- баскетбол» | Изучение нового м-ла | ОРУ с мячом. Остановка вшироком 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. | Планированиеучебного 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 иловля мяча в парах двумя руками от груди. Ведение мяча на месте, ведение мяча в движении (правой и левой рукой).Игра «У кого меньше мячей» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того, что уже усвоено ичто нужно усвоить, осознание качестваи уровня усвоения. |  |  |
| 80 | Верхняя и нижняя передачи мяча в парах | Комплексный | ОРУ с мячом. Ведение мячана месте и в движении (правой, левой рукой). Эстафеты с ведением и передачей мяча. Игра «Школа мяча» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того,что уже усвоено и что нужно усвоить,осознание качестваи уровня усвоения. |  |  |
| 81 | Нижняя прямая подачамяча в кругу | Комплексный | Передача мяча в парах.Ведение мяча на месте. Передачи в колоннах двумя руками, одной слева, одной справа. Эстафеты с ведением мяча. | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Планированиеучебного 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. | Комплексный | Передача мяча в парах, покругу. Правила игры. Перебрасывание мяча через сетку Зачем человеку мыщцы.«Пионербол» «Вызов номеров» | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –внесение необходимыхдополнений икорректив в план и способ действия вслучаерасхождения 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 3минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). | Комплексный | Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.Равномерный бег 3минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м).Подвижная игра «Пятнашки».ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *скорость бега* | Формирование ценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того,что уже усвоено и что нужно усвоить,осознание качестваи уровня усвоения. |  |  |
| 84  | Равномерный бег 4минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м).Теория – двигательные качества человека.Теория- тренировать выносливость в беге на длинные дистанции. | Комплексный | Подвижная игра «Пятнашки».ОРУ. Развитие выносливости. Раскрыть содержание темы. | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного 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 5минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м).Теория- тренировать выносливость в беге на длинные дистанции | Комплексный | Подвижная игра «Пятнашки».ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *скорость бега* | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того,что уже усвоено и что нужно усвоить,осознание качестваи уровня усвоения. |  |  |
| 86 | Равномерный бег 6минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м).Теория-самоконтроль за самочуствием в беге на длинные дистанции. | Комплексный | Подвижная игра «Третийлишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *дистанция*Самоконтроль за самочуствием в беге на длинные дистанции. | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –внесение необходимыхдополнений икорректив в план и способ действия вслучаерасхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 87 | Равномерный бег 7минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). | Комплексный | Подвижная игра «Третийлишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *здоровье* | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного 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. | Комплексный | 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 междуцелью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 89 | Различныевидыходьбы. Низкий старт.Бег с изменением направления, ритма, темпа. Бег 30м | Комплексный | Бег в заданном коридоре.Разминка. Низкий старт.Бег 30м.Игра «Вороны и воробьи» Прыжки через скакалку. | Формирование ценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того,что уже усвоено и что нужноусвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 90 | ОРУ Прыжки в длину сместа.Многоскоки. Эстафеты. | Комплексный | Беговые упражненияЧелночный бег 3х10 м. Игра«невод». Прыжок в длину с места: через обруч. Игра«Рыбаки и рыбки». | Смыслообразование, т. е.установление обучающимися связи междуцелью учебной деятельности и её мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | Планированиеобщей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов. |  |  |
| 91 | ОРУ Прыжки в длину сразбега, с отталкиваем одной ногой и приземлением на 2 ноги. | Комплексный | Прыжок в длину с разбега смягким приземлением на обе ноги. Челночный бег (3х10 м). Подвижная игра «Лисы и куры». | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного 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.  | Изучение нового м-ла. | Ускорения челночный бег 3х10м.; 4х9м. Развития быстроты спомощью упражнений.«Вызов номеров»«Салки» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того,что уже усвоено и что нужноусвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 94—95 | Многоскоки.Метание малого мяча вцель с 3-4м. Метание мяча надальность.Эстафеты. | Комплексный | ОРУ. Многоскоки.Метание малого мяча вцель с 3-4м. Эстафеты. Прыжки вдлину с разбега (отталкиваться одной, приземляться на обе ноги).«Меткий снайпер»«Лисички» | Формированиеценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного 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 пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ исамоконтроль результата;способность к самооценке на основе критериев успешностиучебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Коррекция* –внесение необходимыхдополнений икорректив в план и способ действияв случаерасхождения эталона, реального действия и его результата. |  |  |
| 97 | ОРУ. Челночный бег 3х10м..  Бег по пересечённой местности. | Комплексный | ОРУ. Челночный бег 3х10м..Равномерный бег 3 мин.Чередование ходьбы, бега (50м-бег, 100 м-ходьба)«Охотники и утки»«Салки» | Формирование ценностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного 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 правильнорасслаблять мыщы.«Охотники и утки»«Салки» | ФормированиеЦенностныхориентиров и смыслов учебной деятельности. | Планированиеучебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. | *Оценка* –выделение и осознаниеучащимися того,что уже усвоено и что нужноусвоить,осознание качества и уровня усвоения. |  |  |
| 99 | Итоговое занятие. Тесты. Игры. Зачетные упр. Бег 1000 м без учетавремени. Игры. | Подведение итогов.Комплексный | ОРУ в движении.Бег 1000 м без учетавремени. Митания мяча. ПодвижныеИгры:«К своим флажкам»,«Кто дальше бросит», «Так и так». | Ориентация на пониманиепричин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. | Планированиеучебного 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.** |