**Календарно-тематическое планирование**

**1 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Наименованиераздела программыТема урока | Кол-во часов | Планируемые результаты обучения | Измерители, виды и формы контроля | Применение ИКТ | Домашнее задание | Сроки проведения |
| Освоение предметных знаний | Универсальныеучебные действия |
| План | Факт |
| 1 | Знания о физической культуре. Организационно-методические указания.Повторение построения в колонну и шеренгу, ознакомление с организационно-методическими требованиями, проведение подвижной игры"Ловишка"  | 1 | **Знать:** понятия "шеренга" и "колонна". **Уметь:** строиться в колонну в движении, выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижную игру "Ловишка" | **Коммуникативные:** работать в группе, устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию.**Познавательные:** объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры. **Личностные:**развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Понятия шеренга" и "колонна", организационно-методические указания, подвижная игра "Ловишка"  | Презентация | Спортивная форма для улицы | 1А,Г,Д02.09-05.09 |  |
| 2 | Легкая атлетикаТестирование бега на 30 м с высокого старта. Разучивание разминки в движении, проведение подвижной игры "Ловишка" | 1 | **Знать:** правила тестирования бега на 30 м с высокого старта.**Уметь:** выполнять разминку в движении,играть в подвижную игру "Ловишка" | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.**Познавательные:** рассказывать правила тестирования и правила подвижной игры "Ловишка".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка в движении тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра "Ловишка" |  | Повороты направо и налево | 1А,Г,Д02.09-05.09 |  |
| 3 | Легкая атлетикаТехника челночного бега. Повторение разминки в движении, повторение техники челночного бега, проведение подвижной игры "Прерванные пятнашки" | 1 | **Знать:** технику выполнения челночного бега. **Уметь:** выполнять разминку в движении, играть вподвижную игру "Прерванные пятнашки" | **Коммуникативные:** сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели.**Познавательные:** рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижной игры "Прерванные пятнашки".**Личностные:** Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка в движении, техника челночного бега,подвижная игра "Прерванные пятнашки" |  | Челночный бег | 1А,Г,Д07.09-12.09 |  |
| 4 | Легкая атлетикаТестирование челночного бега3\*10 м. Разучивание разминки на месте, повторение подвижной игры "Прерванные пятнашки" | 1 | **Знать:** правила тестирования челночного бега 3\*10 м, правила подвижной игры "Прерванные пятнашки".**Уметь:** играть в подвижную игру "Прерванные пятнашки" | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.**Познавательные:** рассказывать правила тестирования челночного бега 3\*10 м и правила подвижной игры "Прерванные пятнашки". . **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности | Разминка в движении, тестирование челночного бега 3\*10 м с высокого старта, подвижная игра "Прерванные пятнашки" |  | Упражнение на равновесие | 1А,Г,Д07.09-12.09 |  |
| 5 | Знания о физической культуре. Возникновение физической культуры и спорта. Разучивание разминки в движении, разу чивание подвижной игры "Гуси-лебеди" | 1 | **Знать:** правила подвижной игры "Гуси-лебеди".**Уметь:** выполнять разминку в движении | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.**Познавательные:** правила подвижной игры "Гуси-лебеди". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки | Разминка в движении, подвижная игра "Гуси-лебеди" | Презентация | Упражнение на внимание | 1А,Г,Д07.09-12.09 |  |
| 6 | Легкая атлетикаТестирование метания мешочка на дальность. Разучивание разминки на месте,повторение подвижной игры "Гуси-лебеди". | 1 | **Знать:** правила тестирования метания мешочка на дальность, правила подвижной игры "Гуси-лебеди".**Уметь:** выполнять разминку на месте | **Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.**Познавательные:** рассказывать правила тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной игры "Гуси-лебеди" **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка на месте, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра "Гуси-лебеди" |  | Современные олимпийские игры  | 1А,Г,Д14.09-19.09 |  |
| 7 | Гимнастика с элементами акробатики. Упражнения на координацию движений. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, проведение подвижной игры "Горелки" | 1 | **Знать:** правила подвижной игры "Горелки".**Уметь:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений | **Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.**Познавательные:** правила подвижной игры "Горелки". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Разминка, направленная на развитие координации движений, подвижная игра "Горелки" |  | Олимпийские символ, эмблему, флаг и талисман  | 1А,Г,Д14.09-19.09 |  |
| 8 | Знания о физической культуре .Олимпийские игры. Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, знакомство с понятиями, обозначающими олимпийские символы и традиции, разучивание подвижной игры "Колдунчики". | 1 | **Знать:** олимпийские символы и традиции, правила подвижной игры "Колдунчики".**Уметь:** выполнятьразминку, направленную на развитие координации движений. | **Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.**Познавательные:** рассказывать о олимпийских символах и традициях, играть в подвижную игру "Колдунчики". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Разминка, направленная на развитие координации движений, олимпийские символы и традиции, подвижная игра "Колдунчики" | Презентация | Физическая культура  | 1А,Г,Д14.09-19.09 |  |
| 9 | Знания о физической культуре .Что такое физическая культура.Повторение разминки, направленной на развитие координации движений,понятие "Физическая культура, повторение подвижной игры "Колдунчики" | 1 | **Знать:** физическая культура, правила подвижной игры "Колдунчики".**Уметь:** выполнятьразминку, направленной на развитие координации движений | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочиеотношения.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.**Познавательные:** рассказывать о физической культуре, играть в подвижную игру "Колдунчики". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка, направленная на развитие координации движений, физическая культура, подвижная игра "Колдунчики" | Презентация | Упражнения с мешочком | 1А,Г,Д21.09-26.09 |  |
| 10 | Знания о физической культуре .Знакомство с понятиями "Ритм и темп".Разучивание разминки в кругу, проведение подвижных игр "Салки", "Мышеловка" | 1 | **Знать:** ритм и темп, правила подвижных игр "Салки", "Мышеловка"**Уметь:** выполнять разминку в кругу | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.**Познавательные:** рассказывать о ритме и темпе, играть в подвижные игры "Салки", "Мышеловка". **Личностные:** Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка в кругу, ритм и темп, подвижные игры "Салки", "Мышеловка" | Презентация | Любое упражнение в разном темпе и с разным ритмом | 1А,Г,Д21.09-26.09 |  |
| 11 | Легкая атлетика Подвижная игра "Мышеловка" Разучивание разминки в движении, проведение подвижных игр "Салки", "Мышеловка" | 1 | **Знать:** правила подвижных игр "Салки" и "Мышеловка"**Уметь:** выполнять разминку в движении | **Коммуникативные:**  представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.**Регулятивные:** видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.**Познавательные:** правила подвижных игр "Салки" и "Мышеловка". **Личностные:** Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка в движении,подвижные игры "Салки" и "Мышеловка" |  | Личная гигиена | 1А,Г,Д21.09-26.09 |  |
| 12 | Знания о физической культуре .Личная гигиена человека.Повторение разминки в движении, знакомство с понятием "Гигиена",разучивание подвижной игры "Салки с домиками" | 1 | **Знать:** понятие "Гигиена", правила подвижной игры "Салки с домиками". **Уметь:** выполнять разминку в движении | **Коммуникативные:**  организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение.**Регулятивные:** использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач.**Познавательные:** рассказывать о гигиене, правила подвижной игры "Салки с домиками". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка в движении, понятие "Гигиена", подвижная игра "Салки с домиками" | Презентация | Высокий старт | 1 А,Г,Д28.09-03.10 |  |
| 13 | Легкая атлетикаТестирование метания малого мяча на точность. Разучивание разминки с малыми мячами,разучивание подвижной игры "Два мороза" | 1 | **Знать:** правилатестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры "Два мороза".**Уметь:** выполнять разминку с малыми мячами | **Коммуникативные:**  сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.**Познавательные:** рассказывать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры "Два мороза". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра "Два мороза" |  | Название частей тела и органов человека  | 1 А,Г,Д28.09-03.10 |  |
| 14 | Гимнастика с элементами акробатики Тестирование наклона вперед из положения стоя. Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, повторение подвижной игры "Два мороза" | 1 | **Знать:** правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры "Два мороза". **Уметь:** выполнять разминку, направленную на развитие гибкости | **Коммуникативные:**  сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.**Познавательные:** проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру "Два мороза". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка, направленнаяна развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра "Два мороза" |  | Упражнения на развитие гибкости  | 1 А,Г,Д28.09-03.10 |  |
| 15 | Гимнастика с элементами акробатикиТестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, разучивание подвижной игры «Волк во рву" | 1 | **Знать:** правила тестирования подъема туловища, правила подвижной игры "Волк во рву".**Уметь:** выполнять разминку, направленную на развитие гибкости | **Коммуникативные:**  сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.**Познавательные:** проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру "Волк во рву" **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка, направленнаяна развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра "Волк во рву" |  | Основные внутренние органы человека  | 1А,Г,Д05.10-10.10 |  |
| 16 | Гимнастика с элементами акробатики Тестирование прыжка в длину с места. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, повторение подвижной игры "Волк во рву" | 1 | **Знать:** правила тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры "Волк во рву".**Уметь:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений | **Коммуникативные:**  сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.**Познавательные:** проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру "Волк во рву". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Разминка, направленнаяна развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра "Волк ворву" |  | Название частей скелета | 1А,Г,Д05.10-10.10 |  |
| 17 | Гимнастика с элементами акробатикиТестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, разучивание подвижной игры "Охотник и зайцы" | 1 | **Знать:** правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры "Охотник и зайцы". **Уметь:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений | **Коммуникативные:**  сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.**Познавательные:** проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру "Охотник и зайцы". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка, направленнаяна развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине извиса лежа согнувшись, подвижная игра "Охотник и зайцы" |  | Различные висы | 1А,Г,Д05.10-10.10 |  |
| 18 | Гимнастика с элементами акробатикиТестирование виса на время. Разучивание разминки у гимнастической стенки, повторение подвижной игры "Охотник и зайцы" | 1 | **Знать:** правила тестирования виса на время, правила подвижной игры "Охотник и зайцы". **Уметь:** выполнять разминку у гимнастической стенки | **Коммуникативные:**  сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.**Познавательные:** проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру "Охотник и зайцы". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка у гимнастической стенки, тестирование виса на время, подвижная игра "Охотник и зайцы"  |  | Запоминание 15-секундного отрезка времени  | 1А,Г,Д12.10-17.10 |  |
| 19 | Подвижные игрыПодвижные игры "Кто быстрее схватит", «Совушка». Разучивание разминки со стихотворным сопровождением, разучивание подвижных игр " Кто быстрее схватит", «Совушка».  | 1 | **Знать:** правила подвижных игр " Кто быстрее схватит", «Совушка». **Уметь:** выполнять разминку со стихотворным сопровождением | **Коммуникативные:**  представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.**Познавательные:** играть в подвижные игры " Кто быстрее схватит", «Совушка». **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры " Кто быстрее схватит", «Совушка».  |  | Упражнения на внимание | 1А,Г,Д12.10-17.10 |  |
| 20 |  Подвижные игрыПовторение разминки со стихотворным сопровождением, повторение подвижных игр " Кто быстрее схватит", «Совушка». | 1 | **Знать:** правила подвижных игр " Кто быстрее схватит", «Совушка». **Уметь:** выполнять разминку со стихотворным сопровождением | **Коммуникативные:**  представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.**Познавательные:** играть в подвижные игры " Кто быстрее схватит", «Совушка». **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры " Кто быстрее схватит", «Совушка».  |  | Упражнения на внимание | 1А,Г,Д12.10-17.10 |  |
| 21 | Подвижные игрыЛовля и броски мяча в парах. Разучивание разминки с мячами, разучивание упражнений смячом в парах, разучивание подвижной игры "Осада города".  | 1 | **Знать:** как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила подвижной игры "Осада города". **Уметь:** выполнять разминку с мячами | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).**Регулятивные:** адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее.**Познавательные:** разучить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, играть в подвижную игру "Осада города". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка с мячами, броски и ловля малого мяча в парах, подвижная игра "Осада города"  |  | Упражнения с мячом  | 1А,Г,Д19.10-24.10 |  |
| 22 | Подвижные игрыПодвижная игра "Осада города". Повторение разминки с мячами, повторение упражнений с мячом в парах, повторение подвижной игры "Осада города" | 1 | **Знать:** как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила подвижной игры "Осада города". **Уметь:** выполнять разминку с мячами  | **Коммуникативные:** использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.**Познавательные:** выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру "Осада города" **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки | Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра "Осада города"  |  | Подбрасывание и ловля теннисного (малого) мяча  | 1А,Г,Д19.10-24.10 |  |
| 23 | Подвижные игрыИндивидуальная работа с мячом. Разучивание разминки с мячами, проведение упражнений с мячом, проведение подвижной игры "Осада города"  | 1 | **Знать:** как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила подвижной игры "Осада города". **Уметь:** выполнять разминку с мячами  | **Коммуникативные:** сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять саморегуляцию и рефлексию деятельности. **Познавательные:** выполнять упражнения с мячом в парах, играть в подвижную игру "Осада города". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки | Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра "Осада города"  |  | Подбрасывание и ловля теннисного (малого) мяча  | 1А,Г,Д19.10-24.10 |  |
| 24 | Подвижные игрыШкола укрощения мяча. Повторение разминки с мячами, повторение упражнений с мячом, разучивние подвижной игры «Вышибалы» | 1 | **Знать:** технику ведения мяча и правила подвижной игры «Вышибалы».**Уметь:** выполнять разминку с мячами  | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.**Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности,  видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру "Вышибалы". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Вышибалы»  |  | Упражнения с мячом | 1 А,Г,Д26.10-30.10 |  |
| 25 | Подвижные игрыПодвижная игра «Ночная охота».Разучивание разминки с мячом, проведение упражнений с мячом, разучивание подвижной игры «Ночная охота» | 1 | **Знать:** технику ведения мяча и правила подвижной игры «Ночная охота».**Уметь:** выполнять разминку с мячом  | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру "Ночная охота". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка с мячом, техника ведения мяча, подвижная игра «Ночная охота»  |  | Стойка на одной ноге и на двух ногах с закрытыми глазами | 1 А,Г,Д26.10-30.10 |  |
| 26 | Подвижные игрыГлаза закрывай-упражнение начинай. Проведение разминки с закрытыми глазами, повторение упражнений с мячом, повторение подвижной игры «Ночная охота» | 1 | **Знать:** правила подвижной игры «Ночная охота».**Уметь:** выполнять разминку с закрытыми глазами, упражнения с мячом | **Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. **Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять упражнения с мячом, играть в подвижную игру "Ночная охота". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | разминка с закрытыми глазами, упражнения с мячом, подвижная игра «Ночная охота» |  | Стойка на одной ноге и на двух ногах с закрытыми глазами | 1 А,Г,Д26.10-30.10 |  |
| 27 | Подвижные игрыПовторение разминки с закрытыми глазами, проведение 2-4 подвижных игр по желанию учащихся | 1 | **Знать:** правила выбранных подвижных игр.**Уметь:** выполнять разминку с закрытыми глазами | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, сотрудничать в ходе индивидуальной и групповой работы.**Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.**Познавательные:** рассказать правила проведения выбранных подвижных игр. **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка с закрытыми глазами, 2-4 подвижные игры |  | Индивидуальные задания | 1А,Г,Д09.11-14.11 |  |
| 28 | Гимнастика с элементами акробатикиПерекаты. Разучивание разминки на матах, разучивание техники выполнения группировки и перекатов, разучивание подвижной игры «Удочка» | 1 | **Знать:** как выполняются группировка и перекаты, правила подвижной игры «Удочка». **Уметь:** выполнять разминку на матах | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. **Познавательные:** выполнять группировку и перекаты, играть в подвижную игру «Удочка». **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Разминка на матах, группировка и перекаты, подвижная игра «Удочка» | Презентация | Группировка | 1А,Г,Д09.11-14.11 |  |
| 29 | Гимнастика с элементами акробатики Разновидности перекатов. Повторение разминки на матах, закрепление техники выполнения группировки и перекатов,знакомство с разновидностями перекатов, повторение подвижной игры «Удочка» | 1 | **Знать:** как выполняются группировка и перекаты, правила подвижной игры «Удочка».**Уметь:** выполнять разминку на матах | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. **Познавательные:** выполнять группировку и перекаты, играть в подвижную игру «Удочка». **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей | Разминка на матах, группировка и перекаты, подвижная игра «Удочка» |  | Перекаты на спине в группировке | 1А,Г,Д09.11-14.11 |  |
| 30 | Гимнастика с элементами акробатикиТехника выполнения кувырка вперед.Разучивание разминки на матах, разучивание техники выполнения кувырка вперед, повторение подвижной игры «Удочка» | 1 | **Знать:** как выполняется кувырок вперед, правила подвижной игры «Удочка». **Уметь:** выполнять разминку на матах  | **Коммуникативные:** работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. **Познавательные:** выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка».**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей и ценностей | Разминка на матах, кувырок вперед, подвижная игра «Удочка» |  | Подбрасывание теннисного мяча  | 1А,Г,Д16.11-21.11 |  |
| 31 | Гимнастика с элементами акробатикиКувырок вперед. Повторение разминки на матах, повторение техники выполнения кувырка вперед, разучивание подвижной игры «Успей убрать» | 1 | **Знать:** как выполняется кувырок вперед, правила подвижной игры «Успей убрать».**Уметь:** выполнять разминку на матах  | **Коммуникативные:** работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. **Познавательные:** выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Успей убрать».**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Разминка на матах, кувырок вперед, подвижная игра «Успей убрать». |  | Упражнения на коррекцию осанки | 1А,Г,Д16.11-21.11 |  |
| 32 | Гимнастика с элементами акробатикиСтойка на лопатках, мост. Разучивание разминки, направленной на сохранение правильной осанки, разучивание техники выполнения стойки на лопатках и моста, разучивание подвижной игры "Волшебные елочки" | 1 | **Знать:** технику выполнения стойки на лопатках и моста, правила игры "Волшебные елочки".**Уметь:** выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. **Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.**Познавательные:** стойку на лопатках, мост, играть в подвижную игру "Волшебные елочки", иметь представление о том, что такое осанка.**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, стойка на лопатках и мост, подвижная игра "Волшебные елочки" |  | Комплекс упражнений для укрепления мышц живота и спины  | 1А,Г,Д16.11-21.11 |  |
| 33 | Гимнастика с элементами акробатики Стойка на лопатках, мост-совершенствование. Повторение разминки, направленной на сохранение правильной осанки, повторение техники выполнения стойки на лопатках и моста, повторение подвижной игры "Волшебные елочки" | 1 | **Знать:** как сохранять правильную осанку, технику выполнения стойки на лопатках и моста, правила подвижной игры "Волшебные елочки".**Уметь:** выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки | **Коммуникативные:** слушать и слышать учителя и друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности.**Познавательные:** стойку на лопатках, мост, играть в подвижную игру "Волшебные елочки", иметь представление о том, что такое осанка.**Личностные:** развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, стойка на лопатках и мост, подвижная игра "Волшебные елочки" |  | Комплекс упражнений для укрепления мышц стоп | 1А,Г,Д23.11-28.11 |  |
| 34 | Гимнастика с элементами акробатикиСтойка на голове. Разучивание разминки на матах с резиновыми кольцами, разучивание техники выполнения стойки на голове, проведение игры на внимание на матах | 1 | **Знать:** технику выполнения стойки на голове.**Уметь:** выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами  | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, видеть указанную ошибку и исправлять ее.**Познавательные:** выполнять стойку на голове и упражнения на внимание. **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Разминка на матах с резиновыми кольцами, стойка на голове, игра на внимание на матах  |  | Подъем туловища из положения лежа | 1А,Г,Д23.11-28.11 |  |
| 35 | Гимнастика с элементами акробатикиЛазанье по гимнастической стенке. Повторение разминки с резиновыми кольцами, проведение лазанья по гимнастической стенке, совершенствование техники выполнения стойки на голове, проведение игры на внимание на матах | 1 | **Знать:** технику выполнения стойки на голове, как лазать по гимнастической стенке. **Уметь:** выполнять разминку с резиновыми кольцами | **Коммуникативные:**  представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.**Познавательные:** выполнять стойку на голове, лазать по гимнастической стенке.**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка с резиновыми кольцами, лазанье по гимнастической стенке, стойка на голове, игра на внимание на матах  |  | Сердце и кровеносные сосуды  | 1А,Г,Д23.11-28.11 |  |
| 36 | Гимнастика с элементами акробатикиПерелезание на гимнастической стенке. Разучивание разминки с гимнастическими палками, совершенствование техники выполнения стойки на голове, разучивание техники перелезания, на гимастической стенке, проведение игры на внимание на матах | 1 | **Знать:** технику выполнения стойки на голове, как перелезать на гимнастической стенке. **Уметь:** выполнять разминку с с гимнастическими палками | **Коммуникативные:** находить общее решение практической задачи, интегрироваться в группу сверстников и продуктивно взаимодействовать с ними. **Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, видеть указанную ошибку и исправлять ее. **Познавательные:** выполнять стойку на голове, перелезание на гимнастической стенке.**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Разминка, с гимнастическими палками, техника выполнения стойки на голове, перелезание на гимнастической стенке, игра на внимание на матах |  | Органы чувств | 1А,Г,Д30.11-05.12 |  |
| 37 | Гимнастика с элементами акробатикиВисы на перекладине.Повторение разминки с гимнастическими палками, повторе ние лазания и перелезания на гимнастической стенке, разучивание различныхвисов на перекладине, проведение подвижной игры "Удочка"  | 1 | **Знать:** как подбирать правильный способ лазания и перелезания, как выполняются различные висы на перекладине.**Уметь:** выполнять разминку с гимнастическими палками | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** выполнять различные висы на перекладине, лазать и перелезать на гимнастической стенке.**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Разминка с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, различныевисы на перекладине, подвижная игра "Удочка"  |  | Строение глаза | 1А,Г,Д30.11-05.12 |  |
| 38 | Гимнастика с элементами акробатикиКруговая тренировка. Разучивание разминки с гимнастическими палками, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры "Успей убрать"  | 1 | **Знать:** правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры "Успей убрать". **Уметь:** выполнять разминку с гимнастическими палками | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.**Познавательные:** проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру "Успей убрать". **Личностные:** принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Разминка с гимнастическими палками, круговая тренировка, подвижная игра "Успей убрать"  |  | Повороты направо и налево | 1А,Г,Д30.11-05.12 |  |
| 39 | Гимнастика с элементами акробатикиПрыжки со скакалкой. Разучивание разминки со скакалкой, разучивание прыжков соскакалкой, разучивание подвижной игры "Шмель" | 1 | **Знать:** как выполняются прыжки со скакалкой, правила подвижной игры "Шмель".**Уметь:** выполнять разминку со скакалками | **Коммуникативные:** работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.**Познавательные:** выполнять прыжки со скакалкой, играть в подвижную игру "Шмель».**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Разминка со скакалкой, прыжки со скакалкой, подвижная игра "Шмель"  |  | Органы слуха | 1А,Г,Д07.12-12.12 |  |
| 40 | Гимнастика с элементами акробатикиПрыжки в скакалку. Повторение разминки со скакалкой, пов торение техники прыжков со скакалкой, разучивание прыжков в скакалку, повторение подвижной игры "Шмель" | 1 | **Знать:** как выполняются прыжки в скакалку, правила подвижной игры "Шмель". **Уметь:** выполнять разминку со скакалками | **Коммуникативные:** работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** видеть указанную ошибку и исправлять ее, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** выполнять прыжки в скакалку, играть в подвижную игру "Шмель".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка со скакалкой, прыжки в скакалку, подвижная игра "Шмель"  |  | Личная гигиена | 1А,Г,Д07.12-12.12 |  |
| 41 | Гимнастика с элементами акробатикиКруговая тренировка. Проведение разминки со скакалкой, прохождение станций круговой тренировки, разучивание подвижной игры "Берегипредмет" | 1 | **Знать:** правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры "Береги предмет".**Уметь:** выполнять разминку со скакалкой | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** видеть указанную ошибку и исправлять ее, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.**Познавательные:** проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру "Береги предмет". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка со скакалкой, круговая тренировка, подвижная игра "Береги предмет"  |  | Подъем туловища из положения лежа | 1А,Г,Д07.12-12.12 |  |
| 42 | Гимнастика с элементами акробатикиВис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах. Повторение разминки со скакалкой, разу чивание техники выполнения виса угломи виса согнувшись на гимнастических кольцах, проведение подвижной игры "Волк во рву"  | 1 | **Знать:** технику выполнения виса углом и виса согнувшись на кольцах, правила подвижной игры "Волк во рву". **Уметь:** выполнять разминку со скакалкой | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах, играть в подвижную игру "Волк во рву". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Разминка со скакалкой, техника выполнения виса углом и виса согнувшись на кольцах, подвижная игра "Волк во рву"  |  | Органы вкуса | 1А,Г,Д14.12-19.12 |  |
| 43 | Гимнастика с элементами акробатики Вис прогнувшись на гимнастических кольцах.Разучивание разминки с резиновыми кольцами, разучивание техники выполнения виса прогнувшись на гимнастических кольцах, повторение техники выполнения виса углом и виса согнувшись на кольцах, проведение подвижной игры "Волк во рву"  | 1 | **Знать:** технику выполнения виса угломвиса согнувшись, виса прогнувшись на гимнастических кольцах, правила подвижной игры "Волк во рву". **Уметь:** выполнять разминку с резиновыми кольцами | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах, играть в подвижную игру "Волк во рву". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Разминка с резиновыми кольцами, висуглом, вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах, подвижная игра "Волк во рву"  |  | Виды гимнастики и основные стойки | 1А,Г,Д14.12-19.12 |  |
| 44 | Гимнастика с элементами акробатикиПереворот назад и вперед на гимнастических кольцах. Повторение разминки с резиновыми кольцами, повторение виса согнувшись, виса прогнувшись на гимнастических кольцах, разучивание техники переворота назад и вперед на гимнастических кольцах, разучивание подвижной игры "Попрыгунчики-воробушки" | 1 | **Знать:** технику выполнения виса согнувшись, виса прогнувшись на гимнастических кольцах, техники переворота назад и вперед на гимнастических кольцах правила подвижной игры " Попрыгунчики-воробушки ". **Уметь:** выполнять разминку с резиновыми кольцами | **Коммуникативные:**  представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.**Познавательные:** выполнять вис согнувшись, вис прогнувшись и перевороты назад и вперед на гимнастических кольцах, играть в подвижную игру " Попрыгунчики-воробушки ".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка с резиновыми кольцами, вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед на гимнастических кольцах, подвижная игра"Попрыгунчики-воробушки ".  |  | Общеразвивающие упражнения и утренняя гимнастика  | 1А,Г,Д14.12-19.12 |  |
| 45 | Гимнастика с элементами акробатикиВращение обруча. Разучивание разминки с обручами, повторение комбинации на гимнастических кольцах, проведение подвижной игры "Попрыгунчики-воробушки" | 1 | **Знать:** как составляется комбинация на кольцах, правила подвижной игры "Попрыгунчики-воробушки". **Уметь:** выполнять разминку с обручами | **Коммуникативные:**  представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.**Познавательные:** выполнять комбинацию на кольцах, играть в подвижную игру "Попрыгунчики-воробушки ".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка с обручами, комбинация на гимнастических кольцах, подвижная игра "Попрыгунчики-воробушки" |  | Стойка на одной ноге с закрытыми глазами на время | 1А,Г,Д21.12-26.12 |  |
| 46 | Гимнастика с элементами акробатикиОбруч: учимся им управлять. Повторение разминки с обручами, повторение комбинации на гимнастических кольцах, повторение подвижной игры "Попрыгунчики-воробушки " | 1 | **Знать:** комбинацию на кольцах, правила подвижной игры "Попрыгунчики-воробушки". **Уметь:** выполнять разминку с обручами  | **Коммуникативные:**  слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательныецели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.**Познавательные:** выполнять комбинацию на кольцах, играть в подвижную игру " Попрыгунчики-воробушки ". **Личностные:** принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка с обручами, комбинация на гимнастических кольцах, подвижная игра "Попрыгунчики-воробушки" |  | Стойка на одной ноге с закрытыми глазами на время | 1А,Г,Д21.12-26.12 |  |
| 47 | Гимнастика с элементами акробатикиКруговая тренировка.Разучивание разминки с массажными мячами, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры по желанию учеников | 1 | **Знать:** как выполняется круговая тренировка, правила подвижной игры по желанию учеников.**Уметь:** выполнять разминку с массажными мячами | **Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга и учителя.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.**Познавательные:** проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру по желанию учеников. **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка смассажными мячами, круговая тренировка, подвижная игра по желанию учеников |  | Приседания | 1А,Г,Д21.12-26.12 |  |
| 48 | Гимнастика с элементами акробатики Круговая тренировка.Повторение разминки с массажными мячами, проведение круговой тренировки, проведение подвижных игр по желанию учеников  | 1 | **Знать:** правила прохождения станций круговой тренировки, как выбирать подвижную игру.**Уметь:** выполнять разминку с массажными мячами  | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя, находить общее решение практической задачи.**Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.**Познавательные:** проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижную игру.**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка с массажными мячами, круговая тренировка, подвижная игра |  | Лыжи и спортивная форма  | 1А,Г,Д28.12-29.12 |  |
| 49 | Лыжная подготовкаСтупающий шаг на лыжах без палок. Знакомство с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках, посвященных лыжной подготовке, проверка спортивной формы и инвентаря, разучивание техники ступающего шага на лыжах без палок | 1 | **Знать:** технику передвижения ступающим шагом на лыжах без палок.**Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.**Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель. **Познавательные:** пристегивать крепления, передвигаться ступающим шагом на лыжах без палок. **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Организационно-методические требования, ступающий шаг на лыжах без палок  | Презентация | Подъем туловища из положения лежа | 1А,Г,Д11.01-16.01 |  |
| 50 | Лыжная подготовкаСкользящий шаг на лыжах без палок. Разучивание техники скользящего шага на лыжах, разучивание различных вариантов переноски лыж, повторение техники ступающего шага на лыжах | 1 | **Знать:** как пристегивать крепления, как выполняются передвижение на лыжах без палок ступающим и скользящим шагом.**Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, работать в группе. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.**Познавательные:** самостоятельно пристегивать лыжные крепления, передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок.**Личностные:** принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок, различные варианты переноски лыж  |  | Приседания | 1А,Г,Д11.01-16.01 |  |
| 51  | Лыжная подготовкаПовороты переступанием на лыжах без палок.Повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, разучивание техники поворотов переступанием на лыжах без палок | 1 | **Знать:** как передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок, поворачивать переступанием на лыжах без палок. **Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.**Регулятивные:** сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.**Познавательные:** передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок, поворачивать переступанием на лыжах без палок.**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок, повороты переступанием на лыжах без палок  |  | Лыжные палки | 1А,Г,Д11.01-16.01 |  |
| 52 | Лыжная подготовкаСтупающий шаг на лыжах с палками.Разучивание техники переноски лыж с палками, разучивание техники ступающего шага на лыжах с палками, повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, повторение техники поворотов переступанием на лыжах без палок.  | 1 | **Знать:** как передвигаться ступающим искользящим шагом без палок, как выполнять повороты переступанием на лыжах без палок, как передвигаться ступающим шагом с палками на лыжах. **Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми.**Регулятивные:** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять за данную цель.**Познавательные:** передвигаться на лыжах ступающим шагом с лыжными палками и без них, скользящим шагом без палок,поворачивать переступанием на лыжах без палок.**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Передвижение на лыжах ступающим шагом с палками и без них, скользящим шагом без палок, повороты переступанием на лыжах без палок |  | Виды спорта с использованием лыж  | 1А,Г,Д18.01-23.01 |  |
| 53 | Лыжная подготовкаСкользящий шаг на лыжах с палками.Повторение техники скользящего шага на лыжах без палок, повторение техники ступающего шага с палками и без них, разучивание техники передвижения на лыжах скользящим шагом с палками | 1 | **Знать:** как передвигаться ступающим искользящим шагом без палок и с палками.**Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации  | **Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную цель.**Познавательные:** передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них. **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Передвижение на лыжахступающим и скользящим шагом без палок и с лыжными палками  |  | Отжимания от пола  | 1А,Г,Д18.01-23.01 |  |
| 54 | Лыжная подготовкаПовороты переступанием на лыжах с палками и обгон. Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение техники поворотов на лыжах с палками, разучивание техники обгона на лыжах | 1 | **Знать:** как выполняются обгон на лыжах, поворот переступанием на лыжах с палками, как передвигаться на лыжах. **Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:** работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.**Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять обгон на лыжах и поворот переступанием на лыжах с палками. **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Передвижение на лыжах, повороты переступаниемна лыжах с палками, техника обгона на лыжах  |  | 20 бросков небольшого мяча из руки в руку  | 1А,Г,Д18.01-23.01 |  |
| 55 | Лыжная подготовкаПодъем на склон"полуелочкой" и спуск на лыжах. Совершенствование техники выполнения лыжных ходов, повторение техники подъема "полуелочкой", повторение техники спуска под уклон в основной стойке | 1 | **Знать:** как выполняются подъем на склон "полуелочкой" и спуск со склона в основной стойке.**Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:** сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга.**Регулятивные:** видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.**Познавательные:**спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон "полуелочкой". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Лыжные ходы, подъем на склон "полуелочкой", спуск со склона в основной стойке  |  | Перекаты назад-вперед в группировке  | 2 Г,Д25.01-30.01 |  |
| 56 | Лыжная подготовкаПодъем на склон"елочкой".Совершенствование техники выполнения лыжных ходов, повторение техники подъема на склон "полуелочкой", разучивание техники подъема на склон "елочкой",повторение техники спуска со склона в основной стойке | 1 | **Знать:** как выполняются подъем на склон "полуелочкой" и "елочкой", спуск в основной стойке. **Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:**сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу.**Познавательные:** выполнять подъем "полуелочкой" и "елочкой", спускаться со склона в основной стойке, кататься на лыжах.**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный образ жизни | Лыжные ходы, подъем на склон "полуелочкой" и "елочкой", спуск со склона в основной стойке  |  | Наклоны вперед из положения сидя | 2 Г,Д25.01-30.01 |  |
| 57 | Лыжная подготовкаПередвижение на лыжах змейкой.Совершенствование техники передвижения на лыжах различными ходами, повторение передвижения на лыжах змейкой, повторение подъема на склон "елочкой", совершенствование техники спуска со склона в основной стойке | 1 | **Знать:** как передвигаться на лыжах змейкой, как выполняются подъем на склон "елочкой" и спуск в основной стойке. **Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:** сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.**Познавательные:** передвигаться на лыжах змейкой, подниматься на склон "елочкой" и спускаться в основной стойке.**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Передвижение на лыжахразличными ходами измейкой, подъем на склон "елочкой", спуск со склона в основной стойке  |  | Наклоны вперед из положения стоя | 2 Г,Д25.01-30.01 |  |
| 58 | Лыжная подготовкаПодвижная игра на лыжах "Накаты". Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения на лыжах змейкой, разучивание подвижной игры на лыжах "Накаты" | 1 | **Знать:** как передвигаться на лыжах змейкой, правила подвижной игры на лыжах"Накаты".**Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.**Познавательные:** передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах "Накаты". **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Передвижение на лыжах змейкой, подвижная игра на лыжах "Накаты" |  | Отжимания от пола  | 2 Г,Д01.02-06.02 |  |
| 59 | Лыжная подготовкаПрохождение дистанции 1,5 км на лыжах. Катание со склона в основной стойке, свободное катание | 1 | **Знать:** как проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, как кататься на лыжах со склона и по лыжне.**Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в достижении цели со сверстниками.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.**Познавательные:**проходить дистанцию 1,5 км на лыжах. **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах со склона, свободное катание |  | Приседания  | 2 Г,Д01.02-06.02 |  |
| 60 | Лыжная подготовкаКонтрольный урок по лыжной подготовке.Повторение ранее изученных лыжныхходов, повторение поворотов переступанием на лыжах, повторение техники передвижения на лыжах змейкой, повторение техники подъема на склон "полуелочкой","елочкой" и спуска в основной стойке | 1 | **Знать:** как выполняются ступающий и скользящий шаг на лыжах, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться змейкой, как подниматься на склон полуелочкой" и "елочкой" и спускаться со склона в основной стойке.**Уметь:** выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.**Познавательные:** передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием, подниматься на склон "полуелочкой" и "елочкой", спускаться со склона в основной стойке. **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Ступающий и скользящий лыжный шаг, повороты переступанием на лыжах,передвижение на лыжахзмейкой, подъем на склон "полуелочкой" и"елочкой",спуск со склона в основной стойке |  | Спортивная форма для зала | 2 Г,Д01.02-06.02 |  |
| 61 | Гимнастика с элементами акробатики Круговая тренировка. Разучивание разминки с обручами, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры "Вышибалы" | 1 | **Знать:** правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры "Вышибалы".**Уметь:** выполнять разминку с обручами | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.**Познавательные:** проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру"Вышибалы".**Личностные:** принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка с обручами, круговая тренировка, подвижная игра "Вышибалы"  |  | Отжимания от пола  | 2 Г,Д08.02-13.02 |  |
| 62 | Подвижные игры Подвижная игра "Белочка-защитница". Повторение разминки с обручами, совершенствование техники лазанья по гимнастической стенке, проведение подвижной игры "Белочка-защитница" | 1 | **Знать:** технику лазанья по гимнастической стенке, правила игры "Белочка-защитница".**Уметь:** выполнять разминку с обручами | **Коммуникативные:**  слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.**Познавательные:** лазать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру "Белочка-защитница". **Личностные:** развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка с обручами, лазанье по гимнастической стенке, подвижная игра "Белочка-защитница"  |  | Стойка на одной ноге | 2 Г,Д08.02-13.02 |  |
| 63 | Легкая атлетикаПреодоление полосы препятствий. Разучивание разминки в движении, повторение подвижной игры "Удочка" | 1 | **Знать:** как проходить полосу препятствий, правила игры "Удочка".**Уметь:** выполнять разминку в движении | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.**Познавательные:** проходить полосу препятствий, играть в подвижную игру "Удочка".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра "Удочка" |  | Подъем туловища из положения лежа на спине  | 2 Г,Д08.02-13.02 |  |
| 64 | Легкая атлетикаУсложненная полоса препятствий. Повторение разминки в движении, преодоление усложненной полосы препятствий, повторение подвижной игры "Совушка" | 1 | **Знать:** как проходить усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры "Совушка".**Уметь:** выполнять разминку в движении | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.**Познавательные:** проходить усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру "Удочка".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка в движении, усложненная полоса препятствий, подвижная игра "Совушка" |  | Приседания | 2 Г,Д15.02-20.02 |  |
| 65 | Легкая атлетикаПрыжок в высоту спрямого разбега. Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры "Бегуны и прыгуны" | 1 | **Знать:** как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры "Бегуны и прыгуны".**Уметь:** выполнять разминку с гимнастическими скамейками | **Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.**Познавательные:** прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру "Бегуны и прыгуны".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка с гимнастическими скамейками, техника прыжка в высоту с прямого разбега, подвижная игра "Бегуны и прыгуны"  |  | Выпрыгивания | 2 Г,Д15.02-20.02 |  |
| 66 | Легкая атлетикаПрыжок в высоту спрямого разбега на результат. Повторение разминки с гимнастическими скамейками, повторение подвижной игры "Бегуны и прыгуны" | 1 | **Знать:** как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега на результат, правила подвижной игры "Бегуны и прыгуны".**Уметь:** выполнять разминку с гимнастическими скамейками | **Коммуникативные:** сотрудничать со сверстниками и взрослыми, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.**Познавательные:** выполнять прыжки в высоту с прямого разбега на результат, играть в подвижную игру "Бегуны и прыгуны".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка с гимнастическими скамейками, прыжки в высоту с прямого разбега на результат, подвижная игра "Бегуны и прыгуны"  |  | Стойка на одной ногес закрытыми глазами на время | 2 Г,Д15.02-20.02 |  |
| 67 | Легкая атлетикаПрыжок в высоту спиной вперед. Разучивание разминки с перевернутымигимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту спиной вперед, совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега, разучивание подвижной игры "Салки - дай руку" | 1 | **Знать:** как выполняется прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры "Салки -дай руку".**Уметь:** выполнять разминку с перевернутыми гимнастическими скамейками | **Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.**Познавательные:** прыгать в высоту спиной вперед и с разбега, играть в подвижную игру "Салки - дай руку".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка с перевернутымигимнастическими скамейками, техника прыжка в высоту спиной вперед и с прямого разбега, подвижная игра "Салки -дай руку"  |  | Индивидуальные задания  | 2 Г,Д22.02-27.02 |  |
| 68 | Легкая атлетикаКонтрольный урок по прыжкам в высоту. Повторение разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками, совершенствование техники прыжка в высоту спиной вперед и с прямого разбега, повторение подвижной игры "Салки - дай руку" | 1 | **Знать:** технику выполнения прыжка в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры "Салки -дай руку".**Уметь:** выполнять разминку с перевернутыми гимнастическими скамейками | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.**Познавательные:** выполнять прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру "Салки - дай руку".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка с перевернутымигимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, подвижная игра "Салки - дай руку" |  | Подбрасывание и ловля мяча  | 2 Г,Д22.02-27.02 |  |
| 69 | Подвижные игрыБроски и ловля мяча в парах.Разучивание разминки в парах, повторение бросков и ловли мяча в парах, разучивание подвижной игры "Ловишка с мячом и защитниками" | 1 | **Знать:** как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила подвижной игры "Ловишка с мячом и защитниками".**Уметь:** выполнять разминку в парах | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).**Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.**Познавательные:** выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру "Ловишка с мячом и защитниками" **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Разминка в парах, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра "Ловишка с мячом и защитниками"  |  | Стойка на одной ногес закрытыми глазами на время | 2 Г,Д22.02-27.02 |  |
| 70 | Подвижные игрыБроски мяча в баскетбольное кольцо способом "снизу". Повторение разминки с мячами в парах, разучивание техники броска мяча в баскетбольное кольцо способом "снизу", повторение подвижной игры "Ловишка с мячом и защитниками" | 1 | **Знать:** как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом "снизу", правила подвижной игры "Ловишка с мячом и защитниками".**Уметь:** выполнять разминку с мячами в парах | **Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом "снизу", играть в подвижную игру "Ловишка с мячом и защитниками".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях  | Разминка с мячами в парах, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом "снизу", подвижная игра "Ловишка с мячом и защитниками"  |  | Отжимания от пола  | 2 Г,Д29.02-05.03 |  |
| 71 | Подвижные игрыБроски мяча в баскетбольное кольцо способом "сверху". Разучивание разминки с мячом, повторение техники броска мяча в баскетбольное кольцо способом "снизу", разучивание техники броска мяча в баскетбольное кольцо способом "сверху", повторение подвижной игры "Вышибалы" | 1 | **Знать:** как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способами "снизу" и "сверху", правила подвижной игры "Вышибалы". **Уметь:** выполнять разминку с мячом | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга,с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.**Познавательные:** бросать мяч в баскетбольное кольцо способами "снизу" и "сверху", играть в подвижную игру "Вышибалы"**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности  | Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами "снизу" и "сверху", подвижная игра "Вышибалы"  |  | Мировые баскетбольные клубы | 2 Г,Д29.02-05.03 |  |
| 72 | Подвижные игрыВедение мяча и броски в баскетбольное кольцо. Повторение разминки с мячом, повторение техники броска мяча в баскетбольное кольцо способами "снизу" и "сверху", разучивание техники ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо,повторение подвижной игры "Охотники и утки" | 1 | **Знать:** технику броска мяча в баскетбольное кольцо разными способами и после ведения, правила подвижной игры "Охотники и утки".**Уметь:** выполнять разминку с мячом | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга,с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.**Познавательные:** выполнять броски мяча в кольцо способами "снизу" и "сверху" после ведения мяча, играть в подвижную игру "Охотники и утки".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми | Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами "снизу" и "сверху", техника ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо, подвижная игра "Охотники и утки"  |  | Понятие "Эстафеты" | 2 Г,Д29.02-05.03 |  |
| 73 | Подвижные игрыЭстафеты с мячом. Разучивание разминки в движении с мячом, совершенствование техники ведения мяча, знакомство с различными вариантами эстафет, повторение подвижной игры "Охотники и утки" | 1 | **Знать:** как проводятся эстафеты с мячом, как выполняется ведение мяча, правила подвижной игры "Охотники и утки".**Уметь:** выполнять разминку в движениис мячом | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.**Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение сохранять заданную цель.**Познавательные:** участвовать в эстафетах, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру "Охотники и утки". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка в движении с мячом, техника ведения мяча, эстафеты с мячом, подвижная игра "Охотники и утки"  |  | Броски вверх и ловля мяча  | 2 Г,Д07.03-12.03 |  |
| 74 | Подвижные игрыУпражнения и подвижные игры с мячом. Повторение разминки с мячом в движении, разучивание новых вариантов эстафет с мячом, проведение подвижной игры "Охотники и зайцы" | 1 | **Знать:** как участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру "Охотники и зайцы". **Уметь:** выполнять разминку в движениис мячом | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.**Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.**Познавательные:** участвовать в эстафехтах с мячом, играть в подвижную игру "Охотники и зайцы". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка с мячом в движении, эстафеты с мячом, подвижная игра "Охотники и зайцы"  |  | Виды спорта с использованием мяча  | 2 Г,Д07.03-12.03 |  |
| 75 | Легкая атлетика Знакомство с мячами-хопами. Разучивание разминки с резиновыми кольцами, знакомство с прыжками на мячах-хопах, разучивание подвижной игры "Ловишка на хопах" | 1 | **Знать:** что такое мячи-хопы, как на них прыгать, правила подвижной игры "Ловишка на хопах". **Уметь:** выполнять разминку с резиновыми кольцами | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.**Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.**Познавательные:** прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру "Ловишка на хопах". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка с резиновыми кольцами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра "Ловишка на хопах"  |  | Подвижная игра с мячом  | 2 Г,Д07.03-12.03 |  |
| 76 | Легкая атлетика Прыжки на мячах-хопах. Повторение разминки с резиновыми кольцами, повторение техники прыжков на мячах-хопах, повторение подвижной игры "Ловишка на хопах" | 1 | **Знать:** как выполняются прыжки на мячах-хопах, правила подвижной игры "Ловишка на хопах". **Уметь:** выполнять разминку с резиновыми кольцами | **Коммуникативные:** владеть навыками речевого отображения (описание, объяснение), слушать и слышать друг друга и учителя.**Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.**Познавательные:** прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру "Ловишка на хопах". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка с резиновыми кольцами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра "Ловишка на хопах"  |  | Отжимания от пола  | 2 Г,Д14.03-19.03 |  |
| 77 | Подвижные игры Круговая тренировка. Разучивание разминки в движении, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры "Ловишка с мячом и защитниками" | 1 | **Знать:** правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры "Ловишка с мячом и защитниками". **Уметь:** выполнять разминку в движении | **Коммуникативные:**  устанавливать рабочие отношения,с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.**Познавательные:** проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру "Ловишка с мячом и защитниками"**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности | Разминка в движении,круговая тренировка, подвижная игра "Ловишка с мячом и защитниками"  |  | Подвижные игры  | 2 Г,Д14.03-19.03 |  |
| 78 | Подвижные игры Проведение разминки с мячом, совершенствование техники броска мяча в баскетбольное кольцо способами "снизу" и "сверху", проведение 2-3 подвижных игр по желанию учеников  | 1 | **Знать:** технику бросков мяча в баскетбольное кольцо способами "снизу" и "сверху", как выбирать подвижные игры и играть в них. **Уметь:** выполнять разминку с мячом | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, организовывать и осуществлять совместную деятельность.**Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.**Познавательные:**выполнять броски мяча в баскетбольное кольцо способами "снизу" и "сверху", выбирать подвижные игры и играть в них. **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка с мячом, техника бросков мяча в баскетбольное кольцо способами "снизу" и "сверху", подвижные игры  |  | Зарядка, индивидуальные задания | 2 Г,Д14.03-19.03 |  |
| 79 | Подвижные игры Броски мяча через волейбольную сетку. Разучивание разминки с мячами, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры "Забросай противника мячами" | 1 | **Знать:** как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры "Забросай противника мячами". **Уметь:** выполнять разминку с мячами | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, умение сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру "Забросай противника мячами".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты | Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра "Забросай противника мячами" | Презентация | Мировые волейбольные команды | 2 Г,Д21.03-26.03 |  |
| 80 | Подвижные игры Броски мяча через волейбольную сетку на точность.Повторение разминки с мячами, совершенство вание техники броска мяча через волейбольную сетку на точность, разучивание подвижной игры "Точно в цель" | 1 | **Знать:** технику бросков мяча через волейбольную сетку на точность, правила подвижной игры "Точно в цель".**Уметь:** выполнять разминку с мячами | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).**Регулятивные:** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.**Познавательные:** выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, играть в подвижную игру "Точно в цель".**Личностные:** развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям | Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку на точность, подвижная игра "Точно в цель" |  | Виды спорта с использованием сетки  | 2 Г,Д21.03-26.03 |  |
| 81 | Подвижные игры Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций. Разучивание разминки с мячом в парах, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, повторение подвижной игры "Точно в цель" | 1 | **Знать:** технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность.**Уметь:** играть в подвижную игру "Точно в цель" | **Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.**Познавательные:** выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру "Точно в цель".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, подвижная игра "Точно в цель" |  | Подъем туловища из положения лежа на спине  | 2 Г,Д21.03-26.03 |  |
| 82 | Подвижные игры Подвижная игра "Вышибалы через сетку". Повторение разминки с мячом в парах, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры "Вышибалы через сетку" | 1 | **Знать:** как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры "Вышибалы через сетку".**Уметь:** выполнять разминку с мячом в парах | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками.**Регулятивные:**  контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять броски мяча через сетку, играть в подвижную игру "Вышибалы через сетку".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра "Вышибалы черезсетку" |  | Перекаты назад-вперед в группировке  | 2 Г,Д04.04-09.04 |  |
| 83 | Подвижные игрыКонтрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку. Разучивание разминки с мячом, проведение контрольных броска мяча через сетку на дальность и точность, повторение подвижной игры "Вышибалы через сетку" | 1 | **Знать:** как проходит контрольный урок поброскам мяча через сетку на дальность и точность, правила игры "Вышибалы через сетку".**Уметь:** выполнять разминку с мячом  | **Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, обосновать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.**Регулятивные:**  адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять контрольные броски на дальность и точность, играть в подвижную игру "Вышибалы через сетку".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка с мячом, контрольные броски мяча через сетку на дальность и точность, подвижная игра "Вышибалы через сетку" |  | Прямой и продольный шпагаты | 2 Г,Д04.04-09.04 |  |
| 84 | Легкая атлетика Броски набивного мяча от груди и способом "снизу". Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча от груди и "снизу", проведение подвижной игры "Точно в цель" | 1 | **Знать:** как выполняются броски набивного мяча от груди и "снизу", правила игры "Точно в цель".**Уметь:** выполнять разминку с набивныммячом | **Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.**Познавательные:** бросать набивной мяч от груди и "снизу", играть в подвижную игру "Точно в цель".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка с набивным мячом, техника броска набивного мяча от груди и "снизу", подвижная игра "Точно в цель" |  | Прямой и продольный шпагаты | 2 Г,Д04.04-09.04 |  |
| 85 | Легкая атлетика Бросок набивного мяча из-за головы на дальность. Повторение разминки с набивным мячом, совершенствование техники бросков набивного мяча от груди и "снизу", разучивание техники броска набивного мяча из-за головы, повторение подвижной игры "Точно в цель" | 1 | **Знать:** технику броска набивного мяча от груди, "снизу", из-за головы, правила подвижной игры "Точно в цель".**Уметь:** выполнять разминку с набивныммячом | **Коммуникативные:** сотрудничатьсо сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.**Регулятивные:**  видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять цель.**Познавательные:** бросать набивной мяч от груди, "снизу", из-за головы, играть в подвижную игру "Точно в цель".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча от груди, "снизу", из-за головы, подвижная игра "Точно в цель" |  | Наклоны вперед из положения сидя | 2 Г,Д11.04-16.04 |  |
| 86 | Гимнастика с элементами акробатики Тестирование виса на время. Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча из-за головы на дальность, проведение нового варианта подвижной игры "Точно в цель" | 1 | **Знать:** технику броска набивного мяча из-за головы на дальность, правила тестирования виса на время, правила подвижной игры "Точно в цель".**Уметь:** выполнять разминку с набивныммячом | **Коммуникативные:**  устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль.**Познавательные:** выполнять броски набивного мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру "Точно в цель".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча из-за головы на дальность, тестирование виса на время, подвижная игра "Точно в цель" |  | Наклоны вперед из положения стоя | 2 Г,Д11.04-16.04 |  |
| 87 | Гимнастика с элементами акробатикиТестирование наклона вперед из положения стоя. Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, повторение подвижной игры "Точно в цель" | 1 | **Знать:** правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры "Точно в цель". **Уметь:** выполнять разминку направленную на развитие гибкости | **Коммуникативные:**  с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.**Познавательные:** проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру "Точно в цель".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Разминка, направленнаяна развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра "Точно в цель" |  | Приседания | 2 Г,Д11.04-16.04 |  |
| 88 | Легкая атлетика Тестирование прыжка в длину с места. Разучивание разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, проведение подвижной игры "Собачки" | 1 | **Знать:** правила тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры "Собачки". **Уметь:** выполнять разминку направленную на подготовку к прыжкам в длину | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.**Познавательные:** проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру "Собачки".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Разминка, направленнаяна подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра "Собачки" |  | Отжимания от пола | 2 Г,Д18.04-23.04 |  |
| 89 | Гимнастика с элементами акробатикиТестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, повторение подвижной игры "Собачки" | 1 | **Знать:** правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры "Собачки".**Уметь:** выполнять разминку направленную на развитие координации | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.**Познавательные:** проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру "Собачки".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки наоснове представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка, направленнаяна развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине извиса лежа согнувшись, подвижная игра "Собачки" |  | Подъем туловища из положения лежа на спине  | 2 Г,Д18.04-23.04 |  |
| 90 | Гимнастика с элементами акробатики Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, разучивание подвижной  игры "Земля, вода, воздух" | 1 | **Знать:** правила тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры "Земля, вода, воздух"**Уметь:** выполнять разминку направленную на развитие координации движений | **Коммуникативные:**  представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.**Регулятивные:**  определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.**Познавательные:** проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру "Земля, вода, воздух".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки наоснове представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра "Земля, вода, воздух" |  | Броски небольших предметов в цель | 2 Г,Д18.04-23.04 |  |
| 91 | Легкая атлетика Техника метания на точность (разные предметы). Разучивание разминки с мешочками, повторение различных вариантов метания и бросков на точность, проведение подвижной игры "Земля, вода, воздух" | 1 | **Знать:** как выполнять различные варианты метания и бросков на точность, правила подвижной игры "Земля, вода, воздух" **Уметь:** выполнять разминку с мешочками | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга,эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.**Регулятивные:** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности.**Познавательные:** правильно подбирать вариант метания или броска предмета на точность, играть в подвижную игру "Земля, вода, воздух".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка с мешочками, различные варианты метания и бросков на точность, подвижная игра "Земля, вода, воздух"  |  | Броски небольших предметов в цель | 2 Г,Д25.04-30.04 |  |
| 92 | Легкая атлетика Тестирование метания малого мяча на точность. Повторение разминки с мешочками, проведение подвижной игры "Ловишка с мешочком на голове" | 1 | **Знать:** правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры "Ловишка с мешочком на голове". **Уметь:** выполнять разминку с мешочками | **Коммуникативные:**  представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.**Регулятивные:**  определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.**Познавательные:** проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру "Ловишка с мешочком на голове".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки наоснове представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка с мешочками, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра"Ловишка с мешочком на голове" |  | Броски небольших предметов в цель | 2 Г,Д25.04-30.04 |  |
| 93 | Подвижные игры Подвижные игры для зала. Разучивание разминки с гимнастическими палками, прием тестов и контрольных упражнений у тех, кто их пропустил, проведение 2-3 игр по желанию учеников | 1 | **Знать:** различные подвижные игры, правила сдачи тестов и контрольных упражнений. **Уметь:** выполнять разминку с гимнастическими палками | **Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, обосновывать свою точку зрения, уважать иное мнение. **Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.**Познавательные:** выбирать подвижные игры, учитывая интересы одноклассников, проходить тестирование.**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка с гимнастическими палками, тесты и контрольные упражнения,2-3 подвижные игры, выбранные учениками |  | Спортивная форма для улицы  | 2 Г,Д25.04-30.04 |  |
| 94 | Легкая атлетика Беговые упражнения. Разучивание разминки в движении, проведение беговых упражнений, повторение подвижных игр "Колдунчики" и "Совушка" | 1 | **Знать:** какими бывают беговые упражнения, правила подвижных игр "Колдунчики" и "Совушка".**Уметь:** выполнять разминку в движении | **Коммуникативные:**  устанавливать рабочие отношения, работать в группе.**Регулятивные:** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.**Познавательные:** выполнять беговые упражнения, и играть в подвижные игры "Колдунчики" и "Совушка".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры "Колдунчики" и "Совушка"  |  | Высокий старт | 2 Г,Д02.05-07.05 |  |
| 95 | Легкая атлетика Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Повторение разминки в движении, повторение подвижной игры "Хвостики" | 1 | **Знать:** правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры "Хвостики". **Уметь:** выполнять разминку в движении | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.**Познавательные:** проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру "Хвостики".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки наоснове представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра "Хвостики"  |  | Челночный бег | 2 Г,Д02.05-07.05 |  |
| 96 | Легкая атлетика Тестирование челночного бега 3\*10 м. Разучивание разминки в движении, повторение подвижной игры "Бросай далеко, собирай быстрее" | 1 | **Знать:** правила тестирования челночного бега 3\*10 м, правила подвижной игры "Бросай далеко, собирай быстрее". **Уметь:** выполнять разминку в движении | **Коммуникативные:** владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.**Познавательные:** проходить тестирование челночного бега 3\*10 м с высокого старта, играть в подвижную игру "Бросай далеко, собирай быстрее".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки наоснове представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка в движении, тестирование челночного бега 3\*10 м, подвижная игра "Бросай далеко, собирай быстрее" |  | Виды спорта с использованием метания различныхпредметов на дальность  | 2 Г,Д02.05-07.05 |  |
| 97 | Легкая атлетика Тестирование метания мешочка (мяча)на дальность. Повторение разминки в движении, тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, повторение подвижной игры "Хвостики" | 1 | **Знать:** правила тестирования метания мешочка на дальность, правила подвижной игры "Хвостики".**Уметь:** выполнять разминку в движении | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.**Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.**Познавательные:** проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру "Хвостики".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки наоснове представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка в движении, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра "Хвостики" |  | Подвижные игры | 2 Г,Д10.05-14.05 |  |
| 98 | Подвижные игры Подвижная игра "Хвостики". Разучивание беговой разминки, разучивание различных вариантов подвижной игры "Хвостики", повторение игры малой подвижности "Совушка" | 1 | **Знать:** варианты подвижной игры "Хвостики", правила подвижной игры "Совушка". **Уметь:** выполнять беговую разминку  | **Коммуникативные:**  слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.**Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции.**Познавательные:** играть в различные варианты подвижной игры "Хвостики", в игру малой подвижности "Совушка". **Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми | Беговая разминка, различные варианты подвижной игры "Хвостики", подвижная игра "Совушка" |  | Стойка на одной ногес закрытыми глазами на время | 2 Г,Д10.05-14.05 |  |
| 99 | Подвижные игры Подвижная игра "Воробьи-вороны". Разучивание разминки на месте, разучивание подвижной игры "Воробьи - вороны", повторение подвижной игры "Хвостики" | 1 | **Знать:** правила подвижных игр "Воробьи - вороны" и "Хвостики".**Уметь:** выполнять разминку на месте | **Коммуникативные:**  с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.**Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.**Познавательные:** играть в подвижные игры "Хвостики" и "Воробьи - вороны".**Личностные:** развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми | Разминка на месте, подвижные игры "Воробьи - вороны" и "Хвостики" |  | Приседания | 2 Г,Д10.05-14.05 |  |
| 100 | Легкая атлетикаБег на 1000 м. Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, проведение бега на 1000 м, повторение подвижной игры "Воробьи - вороны" | 1 | **Знать:** как распределять свои силы, чтобы пробежать 1000 м без отдыха, правила подвижной игры "Воробьи - вороны".**Уметь:** выполнять разминку направленную на развитие гибкости | **Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.**Регулятивные:** осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель.**Познавательные:** пробегать 1000 м без отдыха, играть в подвижную игру "Воробьи - вороны".**Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки наоснове представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка, направленная на развитие гибкости, бег на 1000 м, подвижная игра "Воробьи - вороны" |  | Отжимания | 2 Г,Д16.05-21.05 |  |
| 101 | Легкая атлетикаПодвижные игры с мячом.Проведение разминки с помощью учеников, проведение 2-3 подвижных игр с мячом по желанию учеников, прием тестов у должников | 1 | **Знать:** упражнения для разминки, подвижные игры с мячом, правила тестирования.**Уметь:** выполнять разминку, играть в подвижные игры | **Коммуникативные:**  слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность.**Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач.**Познавательные:** подбирать разминочные упражнения, выБирать подвижные игры с мячом, проходить тестирование. **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка с помощью учеников, 2-3 подвижные игры, тестирование  |  | Подвижные игры с мячом на улице  | 2 Г,Д16.05-21.05 |  |
| 102 | Легкая атлетикаПодвижные игры. Повторение разминки с помощью учеников, проведение 2-3 подвижных игр по желанию учеников, подведение итогов года | 1 | **Знать:** упражнения для разминки, подвижные игры. **Уметь:** подбирать нужные разминочные упражнения, договариваться и выбирать подвижные игры | **Коммуникативные:**  слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность, уважать иное мнение.**Регулятивные:** владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач.**Познавательные:** подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры и играть в них.  **Личностные:** развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Разминка с помощью учеников, подвижные игры, подведение итогов года |  | Катание на велосипеде, роликовых коньках, плавание и т.д. | 2 Г,Д16.05-21.05 |  |