**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Название темы (раздела)** | **Количество часов на изучение** | **Количество контрольных работ** | **Планируемые результаты в соответствии с ФГОС** | **Дата проведения** |
| **Личностные** | **Метапредметные** | **Предметные** | **По плану** | **По факту** |
|  | Правила безопасности на уроках физической культуры. Совершенствование строевых команд. | 1 |  | Смыслообразование - адекватнаямотивация учебнойдеятельности.Нравственно-этическая ориентация —умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций | Формулировать и удерживать учебную задачу;планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачейи условиями ее реализации.Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и краткохарактеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями,подвижными и спортивными играми.Ставить вопросы, обращаться за помощью | Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. |  |  |
|  | Высокий и низкий старт. | 1 |  | Смыслообразование - адекватнаямотивация учебнойдеятельности (социальная, внешняя) | Формулировать и удерживать учебную задачу.Использовать общие приемы решения поставленных задач.Ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие -формулировать собственное мнение | Различать разные виды ходьбы.Осваивать ходьбу под счет, под ритмический рисунок. |  |  |
|  | Бег на 30 м с высокого старта на результат. | 1 | 1 | Нравственно-этическая ориентация —умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорныхситуаций | Выбирать действия в соответствии с поставом-ленной задачей и условиями ее реализации.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач. | Моделировать сочетание различных видов ходьбы. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы. |  |  |
|  | Челночный бег 3x10 м. на результат. | 1 | 1 | Смыслообразование - адекватнаямотивация учебнойдеятельности.Нравственно-этическая ориентация—умение не создавать конфликтови находить выходыиз спорных ситуаций | Формулировать и удерживать учебную задачу.Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.Ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие —формулировать собственное мнениеи позицию | Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние. |  |  |
|  | Роль и значение физических упражнений в подготовке солдат в русской армии. | 1 |  | Смыслообразование — мотивация, самооценка на основе критериевуспешной учебнойдеятельности.Нравственно-этическая ориентация —навыки сотрудничества в разныхситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильноерешение. | Применять установленные правила в планировании способа решения задачи.Контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений.Задавать вопросы, обращаться за помощью | Научиться общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений. |  |  |
|  | Бег на 60 м. с высокого старта. (тестирование) | 1 | 1 | Смыслообразование — мотивация, самооценка на основе критериевуспешной учебнойдеятельности.Нравственно-этическая ориентация —навыки сотрудничества в разныхситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильноерешение. | Применять установленные правила в планировании способа решения задачи.Контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений.**З**адавать вопросы, обращаться за помощью | Осваивать высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики. |  |  |
|  | Бег на 1000 м. | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная) | Формулировать учебные задачи вместес учителем; коррекция — вносить изменения в план действия.Определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решатьпроблемы.Задавать вопросы; управление коммуникацией — координировать и принимать различныепозиции во взаимодействии. | Знакомство с челночным бегом. Освоение правил выполнения.Проявлять качества выносливости при выполнении челночного бега. |  |  |
|  | Метание малого мяча на дальность. | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная) | Выполнять действия в соответствии с поставом-ленной задачей и условиями ее реализации.Использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.Ставить вопросы, обращать за помощью, слушать собеседника | Развитие выносливости, умения распределять силы.  Умение чередовать бег с ходьбой.Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики. |  |  |
|  | Физическая подготовка и ее связь с развитием физических качеств, систем дыхания, кровообращения. | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности человеказа общее благополучие и своей ответственностиза выполнение долга. | Преобразовывать практическую задачу в образовательную.Осознанно строить сообщения в устнойформе.Задавать вопросы, формулировать свою позицию. | Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. Развитие познавательной получение знаний о человеке (психолого-педагогические основы деятельности). |  |  |
|  | Прыжок в длину с разбега. | 1 |  | Самоопределение —внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физическая культура | Преобразовывать практическую задачу в образовательную.Осознанно строить сообщения в устнойформе.Задавать вопросы, формулировать своюпозицию. | Развитие выносливости, умения распределять силы.  Умение чередовать бег с ходьбой.Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики |  |  |
|  | Прыжок в длину с места. (тестирование) | 1 | 1 | Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтови находить выходы из спорных ситуаций | Отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с цельюобнаружения отклонений и отличий от эталона.Ориентироваться в разнообразии способоврешения задач.Формулировать своизатруднения. | Знакомство с броском большого мяча на дальность из-за головы двумя руками. Освоение правил выполнения. |  |  |
|  | Прыжок в длину с разбега на результат. | 1 | 1 | Самоопределение -самостоятельностьи личная ответственность за свои поступки, установка на здоровыйобраз жизни. | Формулировать и удерживать учебную задачу.Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.Ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие —формулировать собственное мнениеи позицию | Развитие выносливости, умения распределять силы.  Умение чередовать бег с ходьбой.Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики. |  |  |
|  | Подъем туловища из положения лежа на спине за 30 сек. (тестирование) | 1 | 1 | Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтови находить выходы из спорных ситуаций | Удерживать учебную задачу; осуществлениеучебных действий — использовать речьдля регуляции своего действия; коррекция - вносить изменения в способдействия.Ориентироваться в разнообразии способоврешения задач.Проявлять активностьво взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач. | Продемонстрировать полученные навыки в течение первой четверти. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. |  |  |
|  | Наклон вперед из положения стоя. (тестирование) | 1 | 1 | Нравственно-этическая ориентация -уважительное отношение к чужому мнению.Самоопределение —самостоятельностьи личная ответственность за свои поступки, установка на здоровыйобраз жизни. |  |  |
|  | Подтягивания в висе и отжимания. | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация —этические чувства,прежде всего доброжелательность,эмоционально-нравственнаяотзывчивость | Вносить коррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способырешения задач.Обращаться за помощью;взаимодействие - строить монологическое высказывание, вести устный диалог | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности. Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.Моделировать игровые ситуации.Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими.Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности. |  |  |
|  | Бросок мяча в горизонтальную цель. | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (социальная,учебно-познавательная внешняя) | Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-личного характера.Оценивать собственноеповедение и поведение окружающих |  |  |
|  | Основная стойка, передвижения приставными шагами. Игра "Мяч соседу" | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация —умение не создавать конфликтови находить выходы из спорных ситуаций | Удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.Контролировать и оценивать процесси результат деятельности.Оосуществлять взаимныйКонтроль. |  |  |
|  | Основная стойка, передвижения приставными шагами. Игра "Мяч соседу" | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности человеказа общее благополучие и своей ответственностиза выполнение долга. | Формировать и удерживать учебную задачу;прогнозирование - предвидеть уровеньусвоения знаний, его временных характеристик.Выбирать наиболее эффективные способырешения задач.Формулировать свои затруднения; ста-вить вопросы, вести устный диалог |  |  |
|  | Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах. Эстафеты с мячом. | 1 |  | Самоопределение —внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физическая культура | Формулировать и удерживать учебную за-дачу.Использовать общие приемы решениязадач.Ставить вопросы и обращаться за помощью |  |  |
|  | Ловля мяча двумя руками и передачи от груди, снизу, сверху. Ведение на месте. Эстафеты с мячом. | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтови находить выходы из спорных ситуаций | Удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.Контролировать и оценивать процесси результат деятельности.Оосуществлять взаимныйконтроль |  |  |
|  | Ловля и передача мяча двумя руками из-за головы. Броски в цель. Ведение мяча по прямой. Игра "Смотри". | 1 |  | Самоопределение -самостоятельностьи личная ответственность за свои поступки, установка на здоровыйобраз жизни. | Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-личного характера.Оценивать собственноеповедение и поведение окружающих |  |  |
|  | Ведение мяча по прямой. Игра "Перестрелка" | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтови находить выходы из спорных ситуаций | Удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.Контролировать и оценивать процесси результат деятельности.Оосуществлять взаимныйконтроль |  |  |
|  | Ведение мяча с изменением направления. Игра "Борьба за мяч". | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтови находить выходы из спорных ситуаций |  |  |
|  | Передача мяча в движении в парах. Эстафеты с ведением и передачей мяча. | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности за общееблагополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения. | Преобразовывать практическую задачу в образовательную.Использовать общие приемы решения поставленных задач.Ставить вопросы, обращаться за помощью |  |  |
|  | Передача мяча в движении в тройках. Игра "Мяч капитану" | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности за общееблагополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения |  |  |
|  | Броски набивного мяча из-за головы. Подвижная игра «Вышибалы двумя мячами» | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация -навыки сотрудничества в разных ситуациях. | Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еереализации.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Слушать собеседника, формулироватьсвои затруднения |  |  |
|  | Инструктаж по ТБ. Организационные, вспомогательные и методические средства управления на уроке физической культуры. | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (социальная,учебно-познавательная внешняя) | Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-личного характера.Оценивать собственноеповедение и поведение окружающих | Развитие познавательной активности: получение знаний о природе (медико-биологические основы деятельности), знаний о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знаний об обществе (историко-социологические основы деятельности). |  |  |
|  | Причины травматизма на занятиях физическими упражнениями и его профилактика. | 1 |  | Самоопределение -проявляют положительное отношение к школе,к занятиям физической культурой | Использовать речь для регуляции своего действия.Применять правила и пользоваться инструкциями.Координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Пересказывать тексты по истории физической культуры.Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. |  |  |
|  | Лазанье по гимнастической стенке спиной к опоре. | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация -навыки сотрудничества в разныхситуациях | Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еереализации.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Слушать собеседника, формулироватьсвои затруднения | Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой!».  Освоение универсальных умений по самостоятельному выполнению упражнений по строевой подготовке. |  |  |
|  | Оказание первой помощи при мелких травмах (легких ушибах, царапинах, ссадинах, потертостях). | 1 |  | Самоопределение -проявляют положительное отношение к школе,к занятиям физической культурой | Использовать речь для регуляции своего действия.Применять правила и пользоваться инструкциями.Координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Осваивать универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях. Описывать технику разучиваемых упражнений. |  |  |
|  | Кувырок вперёд, кувырок назад. | 1 |  | Смыслообразование — адекватнаямотивация учебнойдеятельности (социальная, учебно-познавательная,внешняя) | Формулировать и удерживать учебную за-дачу.Использовать общие приемы решениязадач.Ставить вопросы и обращаться за помощью | Осваивать технику кувырка вперед в упор присев. Выявлять характерные ошибки в выполнении кувырка вперед в упор присев. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатического упражнения. |  |  |
|  | Перекат стойка на лопатках. | 1 |  | Смыслообразование - самооценкана основе критериев успешной деятельности | Преобразовывать практическую задачу в образовательную.Использовать общие приемы решения поставленных задач.Ставить вопросы, обращаться за помощью |  |  |
|  | Упражнение «мост» из положения лежа на спине | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация —умение не создавать конфликтови находить выходы из спорных ситуаций | Удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.Контролировать и оценивать процесси результат деятельности.Осуществлять взаимный контроль. | Осваивать технику выполнения кувырка вперед. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. |  |  |
|  | Акробатические соединения и правила их составления | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность к саморазвитию | Выполнять учебные действия в материализованной форме; коррекция - вносить необходимые изменения и дополнения.Ставить и формулировать проблемы.Задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия | Проявлять качества координации при выполнении упражнений.  Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка). |  |  |
|  | Акробатические соединения | 1 |  | Смыслообразование - самооценкана основе критериев успешной деятельности | Преобразовывать практическую задачу в образовательную.Использовать общие приемы решения поставленных задач.Ставить вопросы, обращаться за помощью |  |  |
|  | Акробатические соединения | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация -навыки сотрудничества в разныхситуациях | Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еереализации.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Слушать собеседника, формулироватьсвои затруднения | Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастической стенке.Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке. |  |  |
|  | Лазанье по гимнастической стенке | 1 |  |  |  |
|  | Лазанье по канату в 2-3 приёма. Игра «Рыбаки и рыбки». | 1 |  | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Продемонстрировать полученные навыки выполнения гимнастических упражнений с элементами лазанья и перелезания. Соблюдать правила техники безопасности. |  |  |
|  | Лазанье по наклонной скамейке | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность к саморазвитию | Выполнять учебные действия в материализованной форме; коррекция - вносить необходимые изменения и дополнения.Ставить и формулировать проблемы.Задавать вопросы, проявлять активность; использовать речьдля регуляции своего действия |  |  |
|  | Эстафета с лазанием и перелезанием. | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (социальная,учебно-познавательная, внешняя) | Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-личного характера.Оценивать собственноеповедение и поведение окружающих | Продемонстрировать умение выполнять акробатические комбинации. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при выполнении акробатических комбинаций.Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций. |  |  |
|  | Упражнения в равновесии на скамейке и бревне. | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация -навыки сотрудничества в разныхситуациях | Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еереализации.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Слушать собеседника, формулироватьсвои затруднения | Освоить упражнения с гимнастической палкой.Отбирать и составлять комплексы упражнений с гимнастической палкой для утренней зарядки и физкультминуток.Характеризовать влияние общеразвивающих упражнений на организм |  |  |
|  | Упражнения в равновесии на бревне. | 1 |  | Самоопределение -проявляют положительное отношение к школе,к занятиям физической культурой | Использовать речь для регуляции своего действия.Применять правила и пользоваться инструкциями.Координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Проявлять качества координации при выполнении упражнений.  Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка). |  |  |
|  | Подводящие упражнения для разучивания опорного прыжка | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (социальная,учебно-познавательная, внешняя) | Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-личного характера.Оценивать собственноеповедение и поведение окружающих |  |  |
|  | Техника опорного прыжка | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация -навыки сотрудничества в разныхситуациях | Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еереализации.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Слушать собеседника, формулироватьсвои затруднения | Проявлять качества силы, координации и выносливости.Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения подвижных игр. |  |  |
|  | Опорный прыжок с трех шагов | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация -навыки сотрудничества в разныхситуациях |  |  |
|  | Опорный прыжок с разбега | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (социальная,учебно-познавательная, внешняя) | Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-личного характера.Оценивать собственноеповедение и поведение окружающих |  |  |
|  | Техника выполнения опорного прыжка (контрольный урок) | 1 | 1 | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (социальная,учебно-познавательная, внешняя) |  |  |
|  | Игры-эстафеты. | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация —этические чувства,прежде всего доброжелательность,эмоционально-нравственнаяотзывчивость | Вносить коррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способырешения задач.Обращаться за помощью;взаимодействие - строить монологическое высказывание, вести устный диалог | Характеризовать показатели физического развития, физической подготовки. |  |  |
|  | Совершенствование техники выполнения бросков мяча в кольцо способом «снизу» после ведения. Подвижная игра «Мяч соседу» | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (социальная,учебно-познавательная, внешняя) | Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-личного характера.Оценивать собственноеповедение и поведение окружающих | Значение занятиями лыжами для укрепления здоровья.Осваивать способы самоконтроля. Иметь понятия правильного дыхания при ходьбе. |  |  |
|  | Совершенствование бросков баскетбольного мяча в кольцо способом «сверху» после ведения. Подвижная игра «Бросок мяча в колонне» | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности человеказа общее благополучие | Использовать установленныеправила в контроле способа решения.Ставить и формулировать проблемы.Договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности | Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.Переносить и надевать лыжный инвентарь.Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.Описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками.Демонстрировать технику передвижения на лыжах ступающим шагом. Демонстрировать технику передвижения на лыжах скользящим шагом. |  |  |
|  | Обучение ловле и передаче мяча в движении, в «треугольнике». Совершенствование броска двумя руками от груди. Подвижная игра «Мяч среднему» | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (социальная,учебно-познавательная, внешняя) | Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-личного характера.Оценивать собственноеповедение и поведение окружающих |  |  |
|  | Обучение ведению мяча в движении с изменением направления. Совершенствование броска мяча в кольцо. Развитие координационных способностей. | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Составлять план и последовательностьдействий.Искать и выделять необходимую информацию из различных источников.Адекватно использоватьречь для планирования и регуляции своей деятельности. |  |  |
|  | Ознакомление с передвижениями баскетболиста в игре. Обучение поворотам на месте с мячом в руках. Игра в мини-баскетбол | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию |  |  |
|  | Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища за 30 секунд. Игра в минибаскетбол | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Составлять план и последовательностьдействий.Искать и выделять необходимую информацию из различных источников.Адекватно использоватьречь для планирования и регуляции своей деятельности. |  |  |
|  | Совершенствование ведения мяча, остановки в два шага, поворотов с мячом на месте, передачи партнеру. Подвижная игра «Попади в кольцо» | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Пересказывать тексты по истории физической культуры.Освоить материал о зарождении олимпийских игр. |  |  |
|  | Совершенствование бросков мяча одной рукой различными способами. Подвижная игра «Мяч среднему». Игра в мини-баскетбол | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Демонстрировать технику выполнения основной стойки лыжника при передвижении и спуске с небольших пологих склоновВыполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности.Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности.  |  |  |
|  | Совершенствование передвижения с ведением мяча приставными шагами левым и правым боком. Игра в минибаскетбол | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность к саморазвитию | Выполнять учебные действия в материализованной форме; коррекция - вносить необходимые изменения и дополнения.Ставить и формулировать проблемы.Задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия |  |  |
|  | Совершенствование ведения и броска мяча в корзину. Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением мяча и броском в корзину. Игра в мини-баскетбол | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Составлять план и последовательностьдействий.Искать и выделять необходимую информацию из различных источников.Адекватно использоватьречь для планирования и регуляции своей деятельности. |  |  |
|  | Совершенствование ведения мяча с изменением направления. Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением мяча. Игра в минибаскетбол | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию |  |  |
|  | Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Подвижная игра «Вышибалы двумя мячами» | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию |  |  |
|  | Совершенствование баскетбольных упражнений. Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением и передачей мяча. Игра в минибаскетбол | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Составлять план и последовательностьдействий.Искать и выделять необходимую информацию из различных источников.Адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.Излагать правила и условия проведения подвижных игр.Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.Взаимодействовать впарах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности |  |  |
|  | Ознакомление с правилами безопасности в спортивном зале с мячами. Совершенствование техники бросков и ловли волейбольного мяча разными способами в парах | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности человеказа общее благополучие | Использовать установленныеправила в контроле способа решения.Ставить и формулировать проблемы.Договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности |  |  |
|  | Совершенствование бросков мяча через сетку различными способами. Обучение ловле мяча с последующими прыжками в два шага к сетке. Игра «Выстрел в небо» | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Составлять план и последовательностьдействий.Искать и выделять необходимую информацию из различных источников.Адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности |  |  |
|  | Броски в кольцо одной рукой от плеча. | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Составлять план и последовательностьдействий.Искать и выделять необходимую информацию из различных источников.Адекватно использоватьречь для планирования и регуляциисвоей деятельности |  |  |
|  | Подвижные игры "Гонки баскетбольных мячей", "Попади в кольцо". | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности человеказа общее благополучие | Использовать установленныеправила в контроле способа решения.Ставить и формулировать проблемы.Договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности |  |  |
|  | Совершенствование бросков мяча через сетку из зоны подачи двумя руками. Игра в пионербол | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность обучающихся к саморазвитию | Составлять план и последовательностьдействий.Искать и выделять необходимую информацию из различных источников.Адекватно использоватьречь для планирования и регуляции своей деятельности |  |  |
|  | Совершенствование подачи мяча через сетку броском одной рукой из зоны подачи. Игра в пионербол | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация —этические чувства,прежде всего доброжелательность,эмоционально-нравственнаяотзывчивость | Вносить коррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способырешения задач.Обращаться за помощью;взаимодействие - строить монологическое высказывание, вести устный диалог |  |  |
|  | Обучение положению рук и ног при приеме и передаче мяча сверху и снизу. Игра в пионербол | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности. | Применять установленные правила в планировании способа решения.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Определятьобщую цель и пути ее достижения;взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию | Понимать значения физических упражнений на формирование осанки. Осваивать приемы закаливания и оценивать свое состояние после закаливания. Иметь понятия об обморожениях. |  |  |
|  | Обучение упражнениям с мячом в парах: - верхняя передача мяча с собственным подбрасыванием; - прием сверху и передача мяча после набрасывания партнером | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности | Применять установленные правила в планировании способа решения.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Определятьобщую цель и пути ее достижения;взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию | Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой безопасности при игре.Уметь выполнить основные движения с мячом по видам спорта.Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. |  |  |
|  | Обучение упражнениям с мячом в парах: нижняя передача мяча с собственным подбрасыванием; прием снизу и передача мяча после набрасывания партнером | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности человеказа общее благополучие | Использовать установленныеправила в контроле способа решения.Ставить и формулировать проблемы.Договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности |  |  |
|  | Совершенствование «стойки волейболиста». Игра в пионербол | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности | Применять установленные правила в планировании способа решения.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Определятьобщую цель и пути ее достижения;взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию |  |  |
|  | Обучение упражнениям с мячом в парах: - нижняя прямая подача на расстоянии 5—6 метров от партнера; -прием и передачи мяча после подачи партнером | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности |  |  |
|  | Обучение упражнениям с мячом в парах: -верхняя передача мяча с собственным подбрасыванием; -прием сверху и передача мяча после набрасывания партнером | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтови находить выходы из спорных ситуаций | Удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.Контролировать и оценивать процесси результат деятельности.Осуществлять взаимныйконтроль |  |  |
|  | Развитие координационных способностей, внимания, ловкости в упражнениях с элементами волейбола | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности | Применять установленные правила в планировании способа решения.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Определятьобщую цель и пути ее достижения;взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию |  |  |
|  | Совершенствование упражнений с элементами волейбола индивидуально, в парах, группах. Игра в пионербол с элементами волейбола | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (социальная,учебно-познавательная, внешняя) | Адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем раз-личного характера.Оценивать собственноеповедение и поведение окружающих |  |  |
|  | Совершенствование упражнений с элементами волейбола индивидуально, в парах, группах. Игра в пионербол с элементами волейбола | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтови находить выходы из спорных ситуаций | У удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.Контролировать и оценивать процесси результат деятельности.Осуществлять взаимныйконтроль | Пересказывать тексты по истории физической культуры.Освоить материал о зарождении физической культуры на территории Древней Руси. |  |  |
|  | Совершенствование упражнений с элементами волейбола индивидуально, в парах, группах. Игра в пионербол с элементами волейбола | 1 | 1 | Самоопределение -самостоятельностьи личная ответственность за свои поступки, установка на здоровыйобраз жизни | Формулировать учебную задачу; планирование -адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.Самостоятельно формулировать познавательную цель; логические - подводить под понятие на основе распознания объектов,выделения существенных признаков.Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия | Осваивать технику бега различными способами.Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.Различать разновидности беговых заданий. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений, при метании мяча |  |  |
|  | Совершенствование упражнений с элементами волейбола индивидуально, в парах, группах. Игра в пионербол с элементами волейбола | 1 |  | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности | Применять установленные правила в планировании способа решений.Осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.Проявлять активностьво взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач |  |  |
|  | Совершенствование упражнений с элементами волейбола и применение их в пионерболе | 1 |  | Самоопределение -самостоятельностьи личная ответственность за свои поступки, установка на здоровыйобраз жизни | Формулировать учебную задачу; планирование -адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.Самостоятельно формулировать познавательную цель; логические - подводить под понятие на основе распознания объектов,выделения существенных признаков.Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия |  |  |
|  | Инструктаж по ТБ на уроках физической культурой. Владение мячом на месте и в движении. | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности человеказа общее благополучие и своей ответственностиза выполнениедолга | Формировать и удерживать учебную задачу;прогнозирование - предвидеть уровеньусвоения знаний, его временных характеристик.Выбирать наиболее эффективные способырешения задач.Формулировать свои затруднения; ста-вить вопросы, вести устный диалог |  |  |
|  | Командные действия игроков в спортивной игре баскетбол. | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности человеказа общее благополучие и своей ответственностиза выполнениедолга |  |  |
|  | Спортивная игра баскетбол. | 1 |  | Самоопределение -самостоятельностьи личная ответственность за свои поступки, установка на здоровыйобраз жизни | Формулировать учебную задачу; планирование -адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.Самостоятельно формулировать познавательную цель; логические - подводить под понятие на основе распознания объектов,выделения существенных признаков.Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия |  |  |
|  | Баскетбол: комбинации и обманные действия игроков. | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности за общееблагополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения | Преобразовывать практическую задачу в образовательную.Строить сообщения в устной форме.Задавать вопросы, формулировать своюпозицию | Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения. |  |  |
|  | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация —этические чувства,прежде всего доброжелательность,эмоционально-нравственнаяотзывчивость | Вносить коррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способырешения задач.Обращаться за помощью;взаимодействие - строить монологическое высказывание, вести устный диалог |  |  |
|  | Упражнения на уравновешивание предметов. | 1 |  | Самоопределение -принятие образахорошего ученика | Преобразовывать практическую задачу в познавательную.Использовать общие приемы решениязадач.Определятьцели, обязанности участников, способывзаимодействия |  |  |
|  | Техника прыжка в высоту способом «перешагивание». | 1 |  | Самоопределение -самостоятельностьи личная ответственность за своипоступки, установка на здоровый образ жизни | Формулировать учебную задачу; планирование -адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.Самостоятельно формулировать познавательную цель; логические - подводить под понятие на основе распознания объектов,выделения существенных признаков.Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия |  |  |
|  | Прыжок в высоту способом «перешагивание» с разбега. | 1 | 1 | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности | Применять установленные правила в планировании способа решения.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Определятьобщую цель и пути ее достижения;взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию |  |  |
|  | Упражнения на уравновешивание предметов. | 1 |  | Самоопределение -принятие образахорошего ученика | Преобразовывать практическую задачу в познавательную.Использовать общие приемы решениязадач.Определятьцели, обязанности участников, способывзаимодействия |  |  |
|  | Прыжки в высоту способом «перешагивание» с разбега. | 1 | 1 | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности | Применять установленные правила в планировании способа решения.Самостоятельно выделять и формулироватьпознавательную цель.Определятьобщую цель и пути ее достижения;взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию. |  |  |
|  | Упражнения на уравновешивание предметов. | 1 | 1 | Смыслообразование — мотивация учебной деятельности | Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга.Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды.Распределяться на команды с помощью считалочек. |  |  |
|  | Высокий старт и правильный поворот в челночном беге. | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность к само-развитию | Выполнять учебные действия в материализованной форме; вносить необходимые изменения и дополнения.Задавать вопросы, про-являть активность; использовать речьдля регуляции своего действия |  |  |
|  | Тестирование челночного бега 30 м. | 1 | 1 | Самоопределение —готовность и способность к само-развитию |  |  |
|  | Круговая тренировка. | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация —этические чувства,прежде всего доброжелательность,эмоционально-нравственнаяотзывчивость | Вносить коррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способырешения задач.Обращаться за помощью;взаимодействие - строить монологическое высказывание, вести устный диалог |  |  |
|  | Тестирование броска мяча в горизонтальную цель и прыжка в длину с места. | 1 |  | Самоопределение —готовность и способность к само-развитию | Выполнять учебные действия в материализованной форме; коррекция - вносить необходимые изменения и дополнения.Ставить и формулировать проблемы.Задавать вопросы, про-являть активность; использовать речьдля регуляции своего действия. |  |  |
|  | Тестирование наклона вперед из положения стоя и подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. | 1 | 1 | Смыслообразование - мотивацияучебной деятельности | Применять установленные правила в планировании способа решений.Осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.Проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач |  |  |
|  | Тестирование беговых упражнений. | 1 | 1 | Смыслообразование - мотивацияучебной деятельности |  |  |
|  | Командная подвижная игра «Хвостики». | 1 |  | Самоопределение —осознание ответственности человека | Составлять план и последовательностьдействий, контроль - использовать установленные правила в контроле способа решений.Ориентироваться в разнообразии способоврешения задач.Определятьобщую цель и пути ее достижения |  |  |
|  | Тестирование метания т/мяча на дальность. | 1 | 1 | Самоопределение -принятие образахорошего ученика | Преобразовывать практическую задачу в познавательную.Использовать общие приемы решениязадач.Определятьцели, обязанности участников, способывзаимодействия. |  |  |
|  | Спортивная игра футбол. | 1 |  | Нравственно-этическая ориентация —этические чувства,прежде всего доброжелательность,эмоционально-нравственнаяотзывчивость | Вносить коррективы в выполнение правильныхдействий упражнений; сличать способдействия с заданным эталоном.Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.Обращаться за помощью;взаимодействие - строить монологическое высказывание, вести устный диалог | Соблюдать правила поведения при купании в открытых водоемах.Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга.Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды.Распределяться на команды с помощью считалочек. |  |  |
|  | Круговая тренировка | 1 |  |  |  |
|  | Бег на 1000 м | 1 |  |  |  |
|  | Развитие силовых и координационных способностей.  | 1 |  |  |  |
|  | Развитие силовых и координационных способностей.  | 1 |  | Смыслообразование - мотивацияучебной деятельности | Применять установленные правила в планировании способа решений.Осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. |  |  |
|  | Развитие силовых и координационных способностей.  | 1 |  |  |  |
|  | Развитие силовых и координационных способностей.  | 1 |  |  |  |