**Календарно – тематическое планирование по физической культуре 3а класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№пп** | **дата** | | | **Тема**  **Урока** | **Тип урока, образовательные технологии** | **Элементы содержания в соответствии** | **Планируемые результаты** | | | **Домашнее**  **Задание** | | **Информационно-методическое обеспечение** |
| **По факту** | **По плану** | |
| **Предметные …**  **Метапредметные …**  **Личностные** | | |
| **Легкая атлетика 14 ч. - Национальные подвижные игры 6 ч.** | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 1 | 01.09.16 | | ТБ. На уроке физической культуры Игра «Пингвины с мячом» | УИПЗЗ | Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия  физическими упражнениями, подвижными  и спортивными играми.  Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. | **Предметные:** сформированность первоначальных представлений о ценностях физической культуры;  **Личностные:** воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей; | | | ОФП | |  |
| 2 | 2 | 03.09. | | Бег, высокий старт специальные беговые упражнения | УЗЗВУ | Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни ,профилактике вредных привычек. Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. Бег в медленном темпе до 3,5 мин. Ускорение 2х50м. Старт с опорой на одну руку. Стартовый разгон. Метание малого мяча на месте и с разбега. Прыжок в длину с разбега «Согнув ноги». Бег в медленном темпе до 5мин. | **Метапредметные:** Учиться работать по предложенному учителем плану. | | | Отжимание | | <http://school-collection.edu.ru> |
| 3 | 3 | 05.09. | | Подвижные игры:  «Белый шаман», «Борьба на палке». | УЗЗВУ | Национальные подвижные игры. | **Метапредметные:**  Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой  жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям. | | | Повторить строевые  упражнения | |  |
| 4 | 4 | 08.09. | | Обычный бег, бег с изменение направления движения. | УКИЗ | Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние. | **Метапредметные:**  Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться,  благодарить.  **Личностные:** Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению; | | | Прыжки в длину | | [www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) |
| 5 | 5 | 10.09. | | Бег, специальные беговые упражнения. Метание мяча. | УЗЗВУ | Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка. Бег в медленном темпе до 4 мин. Специальные беговые упражнения. Стартовый разгон. Ускорение 4х50м. Прыжок в длину, Метание малого мяча с 4-6 шагов разбега | **Метапредметные:**  Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться,  благодарить.  **Личностные:** Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению; | | | Прыжки в длину | | [www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) |
| 6 | 6 | 12.09. | | Подвижные игры:  «Важенка и оленята», «Волк и олени». | УЗЗВУ | Национальные подвижные игры. | **Предметные: Отработка** знаний и умений, приобретенных на предыдущих уроках.  **Метапредметные:**  Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать | | | Отжимание | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 7 | 7 | 15.09. | | Челночный бег. Игра «Ястреб и утка». | УИПЗЗ | Знакомство с челночным бегом. Освоение правил выполнения.  Проявлять качества выносливости при выполнении челночного бега. | **Предметные:** Развитие физических качеств и физических способностей.  **Метапредметные:**  Оценка своего задания по следующим параметрам: легко выполнять, возникли сложности при выполнении.  **Личностные:** Научаться рассматривать физическую культуру как явление общечеловеческой культуры, как способ жизнедеятельности чело | | | Бег 500м | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 8 | 8 | 17.09. | | Прыжок в длину. | УЗЗВУ | В медленном темпе до 5 мин. Ускорение 2х50м. Старт с опорой на одну руку. Стартовый разгон. Метание малого мяча на месте и с разбега. Прыжок в длину с разбега «Согнув ноги». Бег в медленном темпе до 5мин. | **Предметные:** Развитие основных физ- их качеств и расширение функциональных возможностей организма.  **Метапредметные:**  Удержание цели урока, определять границы умения и неумения, работа по плану; | | | Утренняя гимнастика | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 9 | 9 | 19.09. | | Подвижные игры: «Здравствуй, догони», «Каюр и собаки». | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | **Предметные:** Развитие основных физ -их качеств и расширение функциональных возможностей организма.  **Метапредметные:**  Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной  работы всего класса. | | | Прыжки через скакалку | |  |
| 10 | 10 | 22.09. | | Эстафеты. Бег с ускорением. Игра «Быстро в круг». | УЗЗВУ | Развитие выносливости, умения распределять силы.  Умение чередовать бег с ходьбой.  Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики | **Предметные:** Развитие основных фи з- их качеств и расширение функциональных возможностей организма.  **Метапредметные:**  удержание цели урока, работа по плану, исправление ошибок в своей работе, сравнивая  с образцом.  **Личностные:** Установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и её мотивом; | | | Беговые упражнения | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 11 | 11 | 24.09. | | Броски большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы. | УПОКЗ | Знакомство с броском большого мяча на дальность из-за головы двумя руками. Освоение правил выполнения. | **Предметные:** сформированность первоначальных представлений о ценностях физической культуры;  **Личностные:** воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей; | | | Прыжки в длину | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 12 | 12 | 26.09. | | Подвижные игры:  «Куропатки и охотники». | УКИЗ | Национальные подвижные игры. | **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения; | | | Подъем туловище 3\*10 | |  |
| 13 | 13 | 29.09. | | Прыжок в длину с места, с разбега. | УКИЗ | Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростно-силовых качеств. | **Метапредметные:**  Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться,  благодарить.  **Личностные:** Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению; | | | Бег 500м | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 14 | 14 | 01.10. | | Бег, ускорения. Метание мяча,  Прыжки в длину | УЗЗВУ | Метание малого мяча из положения стоя грудью в направления метания на заданное расстояние. Подвижная игра «К своим флажкам». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей | **Предметные:** Развитие основных физ- их качеств и расширение функциональных возможностей организма.  **Метапредметные:**  Удержание цели урока, | | | Утренняя гимнастика | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 15 | 15 | 03.10. | | Подвижные игры: «Здравствуй, догони», «Каюр и собаки». | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | **Предметные:** Развитие основных физ -их качеств и расширение функциональных возможностей организма.  **Метапредметные:**  Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной  работы всего класса. | | | Отжимание | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 16 | 16 | 06.10. | | Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). | УЗЗВУ | Бегать в равномерном темпе до 10 минут; бегать по слабо пересеченной местности до 1 км | **Предметные:** Развитие основных фи з- их качеств и расширение функциональных возможностей организма.  **Метапредметные:**  удержание цели урока, работа по плану, исправление ошибок в своей работе, сравнивая  с образцом.  **Личностные:** Установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и её мотивом; | | | Беговые упражнения | |  |
| 17 | 17 | 08.10. | | Метание малого мяча. | УПОКЗ | Правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений | **Предметные:** сформированность первоначальных представлений о ценностях физической культуры;  **Личностные:** воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей; | | | Прыжки в длину | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 18 | 18 | 10.10. | | Подвижные игры «Ледяные палочки», «Ловкий оленевод».. | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры | **Метапредметные:**  Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой  жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям. | | | Прыжки через  скакалку | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 19 | 19 | 13.10. | | Прыжок в длину с места. Подвижная игра «Два мороза». | УЗЗВУ | Правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в яму на две ноги | **Метапредметные:**  Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться,  благодарить.  **Личностные:** Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению; | | | Бег 500м | |  |
| 20 | 20 | 15.10. | | Бег 60 м. Подвижная игра «Вызов номера». | УИПЗЗ | Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до60 м. понятие короткая дистанция | **Метапредметные:**  Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться,  благодарить.  **Личностные:** Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению; | | | Утренняя гимнастика | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| **Гимнастика 11 ч.- Национальные подвижные игры 6 ч** | | | | | | | | | | | | |
| 21 | 1 | 17.10. | | Игры на закрепление и совершенствование навыков бега. | УПОКЗ | 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 | **Предметные:** сформированность первоначальных представлений о ценностях физической культуры;  **Личностные:** воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей | | | Отжимание | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 22 | 2 | 20.10. | | Строевая подготовка. Игра «Класс, смирно!».  «Змейка». | УЗЗВУ | Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!»,  « Равняйсь!», «Стой!».  Освоение универсальных умений по самостоятельному выполнению упражнений по строевой подготовке. | **Предметные:** Развитие основных физ –их качеств и расширение функциональных возможностей организма.  **Метапредметные:**  Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной  работы всего класса. | | | Беговые упражнения | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 23 | 3 | 22.10. | | Подвижные игры:  «Белый шаман», «Борьба на палке». | УЗЗВУ | Национальные подвижные игры. | **Метапредметные:**  Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой  жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к | | | Повторить строевые  упражнения | |  |
| 24 | 4 | 24.10. | | Группировки, перекаты. Подвижная игра «Иголка и нитка». | УПОКЗ | Осваивать универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях. Описывать технику разучиваемых упражнений. | **Метапредметные:**  Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой  жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям | | | Подъем туловище 3\*10 | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 25 | 5 | 27.10. | | «Группировка, перекаты. Подвижная игра «Иголка и нить». | УЗЗВУ | Осваивать универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях. Описывать технику разучиваемых упражнений. | **Метапредметные:**  Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться,  благодарить.  **Личностные:** Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | | | Отжимание | | [www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) |
| 26 | 6 | 29.10. | | Подвижные игры:  «Белый шаман», «Борьба на палке». | УЗЗВУ | Национальные подвижные игры. | **Метапредметные:**  Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой  жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям. | | | Приседание 3\*20 | |  |
| 27 | 7 | 31.10. | | Кувырок вперед в упор присев. Подвижная игра «Тройка». | УПОКЗ | 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. | **Метапредметные:**  Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться,  благодарить.  **Личностные:** Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению; | | | Прыжки в длину | | [www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) |
| 28 | 8 | 10.11. | | Гимнастический мост из положения лежа на спине. Игра «Раки». | УЗЗВУ | Осваивать технику выполнения гимнастического моста из положения лежа на спине. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах т группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Соблюдать правила техники безопасности. | **Метапредметные:**  Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться,  благодарить.  **Личностные:** Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению; | | | Бег 500м | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 29 | 9 | 12.11. | | Подвижные игры **«**Бег на трёх нога».  «Прыгуны». Развитие. | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | **Метапредметные:** Определять наиболее эффективные способы достижения результата; | | | Выпрыгивание  из приседа 3\*20 | |  |
| 30 | 10 | 14.11. | | Стойка на лопатках. Игра «Через холодный ручей». | УЗЗВУ | Осваивать технику выполнения стойки на лопатках. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений | **Метапредметные:** Научаться правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной де-ти | | | Отжимание | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 31 | 11 | 17.11. | | Ходьба, бег, прыжки,  Подвижная игра «Петрушка на скамейке». | УПОКЗ | Выявлять различия в основных способах передвижения человека.  Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость). | **Метапредметные:** Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности.  **Метапредметные:** обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; | | | ОФП | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 32 | 12 | 19.11. | | Подвижные игры: «Поймай рог», «Бег с палкой», «Караван». | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | **Метапредметные:**  Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми;  **Личностные**: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; | | | прыжки в длину с места | |  |
| 33 | 13 | 21.11 | | Перелезание через гимнастического коня. Игра «Не урони мешочек». | УПОКЗ | Освоить технику перелезания через гимнастического козла. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении перелезания через гимнастического коня.  Познакомиться с техникой выполнения опорного прыжка. | **Метапредметные:**  Учащиеся научатся:  сотрудничать с товарищами при выполнении заданий, сравнивать полученные результаты, выслушивать партнера;  Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; | | | Бег 500м | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 34 | 14 | 24.11. | | Передвижения по гимнастической стенке. Игра «Конники-спортсмены». | УЗЗВУ | Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастической стенке.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке. | **Личностные:** проявление активности, подчинение своих желаний сознательно поставленным целям  **Метапредметные:**  Учащиеся научатся:  устанавливать и соблюдать очерёдность действий, сравнивать | | | Утренняя гимнастика | |  |
| 35 | 15 | 26.11. | | Подвижные игры: «Птицелов», «Стадо». | УКИЗ | Национальные подвижные игры. | **Личностные:** активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и  доброжелательности, взаимопомощи | | | Прыжки  через  скакалки | | <http://school-collection.edu.ru> |
| 36 | 16 | 28.11. | | Акробатика. | УКИЗ | Техника безопасности на уроках гимнастики. Ору с гимнастической скакалкой.  Строевые упражнения.  Акробатическая комбинация (м,д). Прыжки со скакалкой. | **Предметные:** Развитие основных физ- их качеств и расширение функциональных возможностей организма.  **Метапредметные:**  Удержание цели урока, определять границы умения и неумения, работа по плану; | | | Бег 500м | |  |
| 37 | 17 | 01.12. | | Акробатика. | УЗЗВУ | Прыжки со скакалкой. Ору с гимнастической скакалкой. Комплекс упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата.  Строевые упражнения.  Акробатическая комбинация (м,д). | **Предметные:** Развитие основных физ –их качеств и расширение функциональных возможностей организма.  **Метапредметные:**  Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной  работы всего класса. | | | .Утренняя гимнастика | | <http://school-collection.edu.ru> |
| **Подвижные игры с элементами баскетбола 20 ч.- Национальные подвижные игры 9ч** | | | | | | | | | | | | |
| 38 | 1 | 03.12. | | Стойки, перемещения.  Ведение мяча,  передачи. | УПОКЗ | Техника безопасности на уроках по баскетболу. Официальные баскетбольные правила. Обязанности игроков и их права. Стойка баскетболиста, перемещения. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра по упрощенным правилам. | **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:**  Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Метапредметные:**  Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, активно включаться во  взаимодействие со сверстниками. | | | Отжимание | |  |
| 39 | 2 | 05.12. | | Перемещения, ведения, остановки, передачи. | УЗЗВУ | Официальные баскетбольные правила. Перемещение в стойке баскетболиста. Ведение правой и левой рукой в высокой стойке с изменением направления и скорости. Остановка два шага после ведения мяча. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча со сменой мест во встречных коло | **Метапредметные:**  Учащиеся научатся: выделять и осознавать, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание  качества и уровня усвоения;  **Личностные**: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные**:  Учащиеся научатся: проявлять творческий подход и искать нестандартные способы решения  задания, данного учителем*.* | | | Беговые упражнения | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 40 | 3 | 08.12. | | Подвижные игры: «Коршун», «Ляпка». | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | **Метапредметные:** Определять наиболее эффективные способы достижения результата; | | | Отжимание | |  |
| 41 | 4 | 10.12. | | Ведение, остановки, передачи, ловля. | УПОКЗ | Ведение мяча в высокой стойке с изменением направления и скорости. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча в сочетании с остановками и поворотами. Броски мяча в корзину с линии штрафного броска | **Метапредметные:** Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности.  **Метапредметные:** обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; | | | Прыжки  через  скакалку | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 42 | 5 | 12.12. | | Ведение мяча, передачи. | УЗЗВУ | Ведение мяча в высокой стойке с изменением направления и скорости. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на быстроту (в эстафетах). | **Метапредметные:** Научаться правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. | | | ОФП | |  |
| 43 | 6 | 15.12. | | Подвижные игры: «Волк и жеребята», «Один лишний» | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Учиться согласованно работать в группе. Учиться планировать работу в группе;  **Метапредметные:** Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической подготовленности; | | | Беговые упражнения | | [www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) |
| 44 | 7 | 17.12. | | Ведение мяча, передачи. | УПОКЗ | Стойка и передвижение игрока.  Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча двумя руками от груди в парах на месте и в движении. Развитие координационных способностей | **Метапредметные:** Умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге;  **Метапредметные:** Извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, экспонат, модель,  а, иллюстрация и др.)  **Личностные:** Формирование у ребёнка ценностных ориентиров в области физической культуры; | | | Отжимание | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 45 | 8 | 19.12. | | Правила соревнований, передачи мяча. | УЗЗВУ | Официальные правила по баскетболу. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча, Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология баскетболиста. | **Познавательные:** Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.;  **Метапредметные:** Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности;  **Предметные**: Ознакомление учащихся с гимнастической терминологией ; | | | Прыжки в длину | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 46 | 9 | 22.12. | | Подвижные игры: «Волк и жеребята», «Один лишний». | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | **Предметные**: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток;  **Метапредметные:** Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Метапредметные:** Выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи). | | | Прыжки через скакалку. | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 47 | 10 | 26.12. | | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | УПОКЗ | Специальные беговые упражнения. Бег с изменением направления и скорости. Остановка двумя ногами. Бег с изменением направления и остановкой по зрительным сигналам. Передвижение в защитной стойке в различных направлениях – вперед, назад, влево, вправо. ОРУ комплекс с гимнастическими палками. | **Метапредметные:** Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми; | | | Бег 500м | |  |
| 48 | 11 | 12.01.2017 | | Ловля и передача мяча. | УЗЗВУ | Комплекс упражнений в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Ловля и передача мяча на месте и с шагом вперед (двумя руками от груди, с отскоком об пол, одной рукой от плеча). ОРУ комплекс с гимнастическими палками. Комплекс упражнения тонического | **Предметные**: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток;  **Метапредметные:** Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Метапредметные:** Выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении пр | | | Бег 500м | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 49 | 12 | 14.01. | | Подвижные игры: «Волк и жеребята», «Один лишний». | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | **Предметные**: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток;  **Метапредметные:** Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Метапредметные:** Выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном ре-ми | | | Прыжки через скакал | | <http://school-collection.edu.ru> |
| 50 | 13 | 17.01. | | Ловля и передача мяча в движении. | УПОКЗ | ОРУ. СУ. Бег с ускорениями «сериями» на 20, 30 м. Прыжки через скакалку на одной и двух ногах | **Метапредметные:** Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми; | | | Бег 500м | |  |
| 51 | 14 | 19.01. | | Ведение, ловля передача мяча в движении. | УЗЗВУ | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:**  Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Метапредметные:**  Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, | | | ОФП | | .[www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) |
| 52 | 15 | 21.01. | | Подвижные игры «Прыжки через нарты» | УПОКЗ | Национальные подвижные игры. | **Метапредметные:** Определять наиболее эффективные способы достижения результата;  **Познавательные:** Поиск и выделение необходимой информации | | | Подъем туловище 4\*10 | |  |
| 53 | 16 | 24.01. | | Ловля и передача мяча в движении. | УЗЗВУ | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | **Метапредметные:** Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности.  **Метапредметные:** обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; | | | Прыжки в длину | | <http://pedsovet.su/load/100> |
| 54 | 17 | 26.01. | | Ведение, передача мяча. | УИПЗЗ | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | **Метапредметные:** Научаться правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. | | | Бег 500м | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 55 | 18 | 28.01. | | Подвижные игры: «Бег в мешках» «Бег с палкой» | УЗЗВУ | Национальные подвижные игры. | **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Учиться согласованно работать в группе. Учиться планировать работу в группе;  **Метапредметные:** Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической подготовленности; | | | Подъём туловища 2\*20 | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 56 | 19 | 31.01. | | Ведение, ловля, передача мяча. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». | УЗЗВУ | ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе | | | Беговые упражнения | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 57 | 20 | 02.02 | | Бросок двумя руками от груди. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». | УИПЗЗ | ОРУ в движении. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение правой и левой рукой в движении шагом и бегом.. Развитие скоростно-силовых способностей Эстафеты | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | | | Прыжки в длину | |  |
| 58 | 21 | 04.02 | | Подвижные игры:  «Луна и солнце», «Волк и жеребята», «Ястреб и утки». | УЗЗВУ | Национальные подвижные игры. | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | | | Приседания 3\*30 | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 59 | 22 | 07.02 | | Бросок двумя руками от груди. Игра «Бросай – поймай». |  | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Ведение правой и левой рукой в движении шагом и бегом. | **Метапредметные:** Умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге;  **Метапредметные:** Извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, экспонат, модель,  а, иллюстрация и др.)  **Личностные:** Формирование у ребёнка ценностных ориентиров в области физической культуры; | | | Отжимание | | .<http://pedsovet.su/load/100> |
| 60 | 23 | 09.02. | | Бросок двумя руками от груди. Игра «Бросай – поймай». | УКИЗ | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей | **Познавательные:** Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.;  **Метапредметные:** Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности;  **Предметные**: Ознакомление учащихся с гимнастической терминологией ; | | | Утренняя гимнастика | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| 61 | 24 | 11.02 | | Подвижные игры: «Бег в мешках», «Стрельба из лука». | УЗЗВУ | Национальные подвижные игры. | **Предметные**: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток;  **Метапредметные:** Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Метапредметные:** Выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи). | | | Прыжки через скакалку. | |  |
| 62 | 25 | 14.02 | | Ведение мяча с изменением направления. Игра «Бросай – поймай».. | УКИЗ | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. | **Метапредметные:** Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками | | | Отжимание | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) |
| 63 | 26 | 16.02. | | Ведение мяча с изменением направления.. Игра «Бросай – поймай». | УПОКЗ | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами Развитие координационных способность | **Предметные**: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток;  **Метапредметные:** Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Метапредметные:** Выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном идей | | | Беговые упражнения | | .[www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) |
| 64 | 27 | 18.02 | | Подвижные игры: «Праща», «Охота на кита». | УКИЗ | Национальные подвижные игры. | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | | | Отжимание | | .[www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) |
| 65 | 28 | 20.02 | | Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. | УПОКЗ | Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах. Совершенствование навыков. Развитие выносливости. | **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:**  Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Метапредметные:**  Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, активно включаться во  взаимодействие со сверстниками. | | | Бег 500м | | .<http://pedsovet.su/load/100> |
| 66 | 29 | 22.02 | | Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. | УЗЗВУ | Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах. Совершенствование навыков. Развитие выносливости. | **Метапредметные:**  Учащиеся научатся: выделять и осознавать, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание  качества и уровня усвоения;  **Личностные**: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:**  Учащиеся научатся: проявлять творческий подход и искать нестандартные способы решения  задания, данного учителем*.* | | | Бег 500м | | <http://nsc.1september.ru/urok> |
| **Лыжные гонки 11ч + Национальные подвижные игры 6ч** | | | | | | | | | | | | |
| 67 | 1 | 28.02 | | ТБ. Повороты вокруг носков. Попеременный двухшажный ход. | УЗЗВУ | Дыхание при ходьбе. Значение занятиями лыжами для укрепления здоровья.  Иметь понятия правильного дыхания при ходьбе. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. | | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | Отжимание | | .<http://pedsovet.su/load/100> | |
| 68 | 2 | 02.03. | | Повороты переступанием в движении. Попеременный двухшажный ход. | УЗЗВУ | Построение в шеренгу с лыжами в руках. Переноска и надевание лыж. Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах. | | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | Прыжки в длину | |  | |
| 69 | 3 | 04.03. | | Подвижные игры: «Праща», «Охота на кита». | УКИЗ | Национальные подвижные игры. | | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | Беговые упражнение | | .[www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) | |
| 70 | 4 | 07.03. | | Повороты переступанием в движении. Попеременный двухшажный ход. | УПОКЗ | Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах. Совершенствование навыков. Развитие выносливости. | | **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:**  Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Метапредметные:**  Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, активно включаться во  взаимодействие со сверстниками. | Бег 500м | | .<http://pedsovet.su/load/100> | |
| 71 | 5 | 09.03. | | Повороты переступанием в движении. Попеременный двухшажный ход. | УЗЗВУ | Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах. Совершенствование навыков. Развитие выносливости. | | **Метапредметные:**  Учащиеся научатся: выделять и осознавать, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание  качества и уровня усвоения;  **Личностные**: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:**  Учащиеся научатся: проявлять творческий подход и искать нестандартные способы решения  задания, данного учителем*.* | Бег 500м | |  | |
| 72 | 6 | 11.03 | | Подвижные игры:  «Хищник в море», «Ястреб и утки». | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | | **Метапредметные:** Определять наиболее эффективные способы достижения результата;  **Познавательные:** Поиск и выделение необходимой информации; | Упражнения для мышц пресса | | .[www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) | |
| 73 | 7 | 15.03 | | Попеременный двухшажный ход.Дистанция до 2,5 км. | УЗЗВУ | Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах. Совершенствование навыков. Развитие выносливости. | | **Метапредметные:** Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности.  **Метапредметные:** обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; | Утренняя гимнастика | | .<http://pedsovet.su/load/100> | |
| 74 | 8 | 16.03 | | Скользящи шаг. Биатлонная эстафета | УИПЗЗ | Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах..  Демонстрировать технику выполнения основной стойки лыжника при передвижении и спуске с небольших пологих склонов.  Демонстрировать технику передвижения на лыжах | | **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Учиться согласованно работать в группе. учиться планировать работу в группе;  **Метапредметные:** Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической подготовленности; | Отжимание | |  | |
| 75 | 9 | 18.03 | | Подвижная игра.. Игра «Играй, играй, мяч не теряй» «Соколиный бой». | УЗЗВУ | Национальные подвижные игры. | | **Метапредметные:** Умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге;  **Метапредметные:** Извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, экспонат, модель,  а, иллюстрация и др.)  **Личностные:** Формирование у ребёнка ценностных ориентиров в области физической культуры; | Прыжки через скакалку | | .[www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) | |
| 76 | 10 | 21.03 | | Повороты переступанием в движении. скользящим шагом. | УЗЗВУ | Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах. Биатлонная эстафета.  Демонстрировать технику выполнения основной стойки лыжника при передвижении и спуске с небольших пологих склонов. | | **Познавательные:** Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.;  **Метапредметные:** Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности;  **Предметные**: Ознакомление учащихся с гимнастической | Беговые упражнения | | .<http://pedsovet.su/load/100> | |
| 77 | 11 | 23.03 | | Торможение плугом и упором. | УПОКЗ | Демонстрировать технику передвижения на лыжах Изучение техники попеременно двухшажного хода. Техника работы рук и ног. Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности. Совершенствование навыков. Развитие выносливости. | | **Метапредметные:** Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми; | Прыжки в длину | |  | |
| 78 | 12 | 01.04 | | Подвижные игры «Перехватчики», «Спутанные кони». | УЗЗВУ | Национальные подвижные игры. | | **Предметные**: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток;  **Метапредметные:** Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Метапредметные:** Выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи). | ОФП | | .[www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) | |
| 79 | 13 | 04.04. | | Подъем на склон «лесенкой» и «ёлочкой» | УИПЗЗ | Изучение техники попеременно двухшажного хода. Техника работы рук и ног. Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности. Совершенствование навыков. Развитие | | **Метапредметные:** Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми;  **Метапредметные: :** Владение умения | Отжимание | | .<http://pedsovet.su/load/100> | |
| 80 | 14 | 06.04 | | Попеременный двухшажный ход. Дистанция до 2,5 км. | УЗЗВУ | Подвижные игры: «Льдинки, ветер и мороз», «на новом стойбище». | | **Предметные**: Научаться выполнять упражнения прикладной направленности;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем.  **Предметные**: Освоение правил здорового и безопасного образа жизни. | Упражнения для мышц спины | |  | |
| 81 | 15 | 08.04. | | Подвижная игра.. Игра «Играй, играй, мяч не теряй» «Соколиный бой». | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | | **Предметные**: Научаться выполнять упражнения прикладной направленности;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем.  **Предметные**: Освоение правил здорового и безопасного образа жизни. | Прыжки в длину | | .[www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) | |
| 82 | 16 | 11.04. | | Подъем на склон лесенкой ёлочкой. | УЗЗВУ | Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности | | **Предметные**: Научаться выполнять комплексы на развитие координации;  **Метапредметные:** Владение умениями совместной деятельности;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; | Бег 500м | | .<http://pedsovet.su/load/100> | |
| 83 | 17 | 13.04. | | Попеременный двухшажный ход.Дистанция до 2,5 км. | УЗЗВУ | Эстафеты. ОРУ. Подвижные игры: «Льдинки, ветер и мороз», «на новом стойбище». | | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | Прыжки в длину | | [www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) | |
| **Легкая атлетика 13ч + Национальные подвижные игры 6ч** | | | | | | | | | | | | |
| 84 | 1 | 15.04. | Бег 60м. Игра «белые медведи». | | УКИЗ | Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 30 м. ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей | | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | Бег 500м | | .<http://pedsovet.su/load/100> | |
| 85 | 2 | 18.04 | Бег с максимальной скоростью 60м. Игра «Воробьи и вороны» | | УПОКЗ | Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 30 м. ОРУ. Подвижная игра. Эстафеты. Развитие скоростных способностей | | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | Утренняя гимнастика | | <http://school-collection.edu.ru> | |
| 86 | 3 | 20.04 | Подвижная игра. «Выстрел в небо». | | УЗЗВУ | Национальные подвижные игры.  Развитие координационных способностей | | .**Предметные:** Развитие физических качеств и физических способностей.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям | Прыжки в длину | |  | |
| 87 | 4 | 22.04 | Бег с максимальной скоростью 60м. игра Эстафета зверей. | | УИПЗЗ | Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки) | | **Предметные**: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием;  **Личностные:** активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и  доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;  **Познавательные:** Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; | Отжимание | | [www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) | |
| 88 | 5 | 24.04 | Бег на результат 30, 60м. Игра «Смена сторон» | | УЗЗВУ | Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. | | **Метапредметные:** Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности.  **Личностные:** Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели; | Беговые упражнения | |  | |
| 89 | 6 | 27.04 | Подвижные игры. «Выстрел в небо». | | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры Развитие координационных способностей | | **Предметные:** Развитие физических качеств и физических способностей.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям | Прыжки в длину | | <http://nsc.1september.ru/urok> | |
| 90 | 7 | 29.04 | Бег на результат 30, 60м. Игра «Смена сторон» | | УЗЗВУ | Возникновение первых спортивных соревнований  Метание малого мяча в цель (22) с 3–4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств | | **Метапредметные:** Определять наиболее эффективные способы достижения результата;  **Личностные:** Научаться оценивать усваиваемое содержание (исходя из социальных и личностных ценностей),  обеспечивающее личностный моральный выбор.  **Коммуникативные:** Уметь донести свою позицию до собеседника; | Прыжки в длину | |  | |
| 91 | 8 | 01.05 | Прыжок в длину с разбега. Игра «Гуси-лебеди». | | УЗЗВУ | Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр  Метание малого мяча в цель (22) с 3–4 метров. ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств | | **Личностные:** Научаться оценивать усваиваемое содержание (исходя из социальных и личностных ценностей),  обеспечивающее личностный моральный выбор.  **Предметные**: Формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств (выносливости) | ОФП | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) | |
| 92 | 9 | 04.05 | Национальные подвижные игры. | | УКИЗ | Игра «Выстрел в небо». Развитие координационных способностей | | **Предметные:** Развитие физических качеств и физических способностей.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться | Упражнения для мышц пресса | |  | |
| 93 | 10 | 06.05 | Прыжок в длину с места. Игра «Гуси-лебеди». | | УПОКЗ | Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.  Физические упражнения, их отличие от естественных движений.  Метание малого мяча в цель (22) с 3–4 метров. Метание набивного мяча на дальность. ОРУ. Подвижная игра «Пятнашки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств | | **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Познавательные:** Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;  **Коммуникативные:** Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, активно включаться во  взаимодействие со сверстниками. | Отжимание | | <http://school-collection.edu.ru> | |
| 94 | 11 | 08.05 | Прыжок в высоту Игра «Прыгающие воробышки». | | УЗЗВУ | Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз. | | **Личностные**: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Коммуникативные :**Учащиеся научатся: проявлять творческий подход и искать нестандартные способы решения  задания, данного учителем*.* | Прыжки в длину | |  | |
| 95 | 12 | 11.05 | Подвижные игры :«Сокол и лиса» «Стрельба в цель» | | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | | **Предметные:** Развитие физических качеств и физических способностей.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям. **Метапредметные:** Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности. | Прыжки на правой левой ноге 3\*10 | | [www.uroki.ru](http://www.uroki.ru) | |
| 96 | 13 | 13.05 | Многоскоки (тройной, пятерной, десятерной) | | УЗЗВУ | Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча.  Метание малого мяча в цель (22) с 3–4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств | | **Познавательные:** Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми;  **Личностные**: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; | Бег 500м | |  | |
| 97 | 14 | 15.05 | Многоскоки (тройной, пятерной, десятерной) | | УИПЗЗ | Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.  Метание малого мяча в цель (22) с 3–4 метров. ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств | | **Метапредметные:**Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности. **Рефлексивные:** Научаться владеть навыками контроля своей деятельности;  **Личностные:** Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели; | Утренняя гимнастика | | <http://nsc.1september.ru/urok> | |
| 98 | 15 | 18.05 | Подвижные игры :«Сокол и лиса» «Стрельба в цель» | | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры. | | **Предметные:** Развитие физических качеств и физических способностей.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям.**Метапредметные:**Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности. | Прыжки на правой левой ноге 3\*10 | |  | |
| 99 | 16 | 20.05 | Бег на результат 30, 60м. Игра «Смена сторон» | | УКИЗ | Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 30 м. ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей | | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;  **Метапредметные:** Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. | Бег 500м | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) | |
| 100 | 17 | 22..05 | Метание малого мяча в цель (22) с 3–4 метров. Подвижная игра «Два мороза». | | УИПЗЗ | Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.  . ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств | | **Метапредметные:**Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта,  использование их в игровой и соревновательной деятельности. **Рефлексивные:** Научаться владеть навыками контроля своей деятельности;  **Личностные:** Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели; | Утренняя гимнастика | | .<http://pedsovet.su/load/100> | |
| 101 | 18 | 25.05 | Подвижные игры :«Сокол и лиса» «Стрельба в цель» | | УИПЗЗ | Национальные подвижные игры.  Развитие координационных способностей | | **Предметные:** Развитие физических качеств и физических способностей.  **Личностные:** Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям.  **Метапредметные:**Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта | Прыжки на правой левой ноге 3\*10 | |  | |
| 102 | 19 | 27.05 | Метание малого мяча.Игра «Дальние броски». | | УКИЗ | Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 30 м. ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей | | **Предметные**: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений  осанки;  **Личностные:** развитие самостоятельности в поиске | Бег 500м | | [www.km.ru/ed](http://www.km.ru/ed) | |