Календарно-тематическое планирование по физической культуре 1 класс

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Изучаемый раздел, тема учебного материала | Формирование универсальных учебных действий (УУД) | Характеристика деятельности учащихся | Тип урока | Дата | |
| план | факт |
| 1. | Вводный урок. Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Подвижная игра «Два мороза». | Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением Развитие скоростных качеств.. | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;   **Метапредметные результаты:**   * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; * выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности. | **Сравнивают** физкультуру и спорт эпохи Античности с современной физкультурой и спортом. Называют движения, которые выполняют первобыт­ные люди на рисунке.  **Усваивают** основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение.  **Взаимодействуют** со сверстниками в процессе освое­ния беговых и прыжковых упражнений, при этом со­блюдают правила безопасности.  **Демонстрируют** вариативное выполнение беговых упражнений.  **Включают** прыжковые упражнения в различные фор­мы занятий по физической культуре.  **Выбирают** индивидуальный темп передвижения, кон­тролируют темп бега по частоте сердечных сокраще­ний. | Урок изучения нового материала | 5.09 |  |
| 2. | Ходьба под счет.. Подвижная игра «Вызов номера». | Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег 30 м. Понятие *короткая дистанция.* Развитие скоростных качеств | Урок изучения нового материала | 10.09 |  |
| 3. | Разновидности ходьбы. Подвижная игра «Вызов номеров». | Бег с ускорением. Бег 60 м. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Развитие скоростных качеств | Урок изучения нового материала | 17.09 |  |
| 4. | Ходьба под счёт. Подвижная игра «Гуси-лебеди». | . Ходьба на носках, пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег 30, 60 м Понятие «короткая дистанция».. | Комбинированный урок | 24.09 |  |
| 5. | Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Подвижная игра «Вызов номеров». | Бег 60 м. ОРУ. Ходьба с высоким подниманием бедра. Развитие скоростных качеств. | Комбинированный урок | 1.10 |  |
| 6. | Прыжки на одной ноге, на двух на месте . ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». | Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств | Урок изучения нового материала | 8.10 |  |
| 7. | Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Подвижная игра «Два мороза». | Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств | **Личностные результаты**  • развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обуча­ющего;  • развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нор­мах, социальной справедливости и свободе;  **Метапредметные результаты**  • овладение способностью принимать и сохранять цели и за­дачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;  • определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совмест­ной деятельности;  **Предметные результаты**  •овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность);  •формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагру­зок. | **Закрепляют** в играх навыки прыжков.  **Включают** прыжковые упражнения в различные фор­мы занятий по физической культуре.  **Описывают** технику выполнения прыжковых упраж­нений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  **Применяют** беговые упражнения для развития коор­динационных, скоростных способностей. | Комбинированный урок | 15.10 |  |
| 8. | Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Подвижная игра «Лисы и куры». | Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств | Комбинированный урок | 22.10 |  |
| 9. | Метание малого мяча. Подвижная игра «К своим флажкам | Метание малого мяча из положения стоя грудью в направления метания.. ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок изучения нового материала | 29.10 |  |
| 10. | Метание малого мяча. Подвижная игра «Попади в мяч». | Метание малого мяча из положения стоя грудью в направления метания.. ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей | Комбинированный урок | 12.11 |  |
| 11. | Метание малого мяча Подвижная игра «Кто дальше бросит» | Метание малого мяча из положения стоя грудью в направления метания на заданное расстояние. | Комбинированный урок | 14.11 |  |
| 12. | Равномерный бег. Подвижная игра «Пятнашки». | Равномерный бег (3 минуты). Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м ОРУ. Развитие выносли-вости. Понятие *скорость бега*). | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; * оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; * взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; * выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; | **Описывают** технику выполнения беговых упраж­нений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  **Демонстрируют** вариативное выполнение беговых упражнений.  **Применяют** беговые упражнения для развития коор­динационных, скоростных способностей.  **Выбирают** индивидуальный темп передвижения, кон­тролируют темп бега по частоте сердечных сокраще­ний  Раскрывают понятия: *скорость бега, дистанция, здоровье.*  **Определяют** ситуации, требующее применения правил предупреждения травматизма.  **Определяют** состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий.  **Учатся** бегать в равномерном темпе до 10 минут; бегать по слабо пересеченной местности до 1 км | Урок изучения нового материала | 16.11 |  |
| 13. | Равномерный бег. (Подвижная игра «Пятнашки». | Равномерный бег (3 минуты). Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). ОРУ. Развитие выносли-вости. Понятие *скорость бега* | Комбинированный урок | 19.11 |  |
| 14. | Равномерный бег. Подвижная игра «Пятнашки». | Равномерный бег (3 минуты). Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). ОРУ. Развитие выносли-вости. Понятие *скорость бега* | Комбинированный урок | 21.11 |  |
| 15. | Равномерный.  Подвижная игра «Третий лишний». | Равномерный бег 4 минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *дистанция* | Комбинированный урок | 23.11 |  |
| 16. | Равномерный бег. Подвижная игра «Третий лишний». | Равномерный бег 4 минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *дистанция* | Комбинированный урок | 26.11 |  |
| 17. | Равномерный бег. Подвижная игра «Третий лишний». | Равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *здоровье* | Комбинированный урок | 28.11 |  |
| 18. | Равномерный бег. Подвижная игра «Пятнашки». | Равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 60 м, ходьба 100 м). ОРУ Подвижная игра «Пятнашки».. Развитие выносливости | Комбинированный урок | 30.11 |  |
| 19. | Равномерный бег. Подвижная игра «Пятнашки». | Равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости | Комбинированный урок | 3.12 |  |
| 20. | Равномерный бег. Подвижная игра «Пятнашки». | Равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости | Комбинированный урок | 5.12 |  |
| 21. | Равномерный бег. Подвижная игра «Конники-спортсмены». | Равномерный бег 6 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная игра «Конники-спортсмены». ОРУ. Развитие выносливости | Комбинированный урок | 7.12 |  |
| 22. | Равномерный бег. Подвижная игра «Конники-спортсмены». | Равномерный бег 6 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная игра «Конники-спортсмены». ОРУ. Развитие выносливости | Комбинированный урок | 10.12 |  |
| 23. | Построение в колону по одному, в шеренгу, в круг. Инструктаж по ТБ | Основная стойка. Построение в колону по одному и в шеренгу, в круг. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;   **Предметные результаты**   * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; * находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; | **Соблюдают** правила поведения в воде.  **Объясняют** технику разучиваемых упражнений.  **Осваивать** технические действия в воде.  **Применяют** правила подбора одежды для бассейна.  **Определяют** ситуации, требующее применения правил предупреждения травматизма.  **Закрепляют** в играх навыки выполнения упражнений на воде. | Урок изучения нового материала | 12.12 |  |
| 24. | Группировка. Перекаты в группировке. | Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Название основных гимнастических снарядов | Урок изучения нового материала | 14.12 |  |
| 25. | Группировка. Перекаты. Игра «Совушка». | Основная стойка. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей | Комбинированный урок | 17.12 |  |
| 26. | Построение. Группировка. Перекаты. . Игра«Совушка». | Основная стойка. Построение. Группировка. Перекаты. ОРУ. Игра«Совушка». | Комбинированный урок | 19.12 |  |
| 27. | Построение в колону по одному, в шеренгу, в круг. Группировка. Перекаты. Игра «Пройти бесшумно» | Основная стойка. Построение в колону по одному и в шеренгу, в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; * анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; * оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; * организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки; * находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; * выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения; | **Осваивают** универсальные умения при выполнении организующих упражнениях.  **Различают и выполняют** строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой!».  **Научатся** выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации  **Узнают** название основных гимнастических снарядов  **Выполняют** строевые упражнения, упражнения в равновесии.  **Описывают** технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.  **Проявляют** качества силы и выносливости при выполнении акробатических упражнений.  **Осваивают** технику гимнастический упражнений на спортивных снарядах.  **Соблюдают** правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений.  **Осваивают** технику физических упражнений прикладной направленности.  **Осваивают** универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.  **Проявляют** качества силы и координации при выполнении упражнений прикладного характера.  **Соблюдают** правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности. | Комбинированный урок | 21.12 |  |
| 28. | Построение в колону по одному, в шеренгу, в круг. Группировка. | Основная стойка. Построение в колону по одному и в шеренгу, в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей | Комбинированный урок | 24.12 |  |
| 29. | Равновесие. Строевые упражнения. Игра «Пятнашки» | Равновесие. Строевые упражнения. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ. Игра «Пятнашки» | Комбинированный урок | 26.12 |  |
| 30. | Перестроение по заранее установленным местам. Размыкание. | Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. Игра «Змейка». | Урок изучения нового материала | 28.12 |  |
| 31. | Повороты Команда «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». | Повороты направо, налево. Выполнение команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с предметами. Игра «Змейка». | Урок изучения нового материала | 11.01 |  |
| 32. | Повороты . Команда «Класс, шагом марш!» | Повороты направо, налево. Выполнение команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с предметами. Игра «Змейка». | Комбинированный урок | 14.01 |  |
| 33. | Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание. | Стойка на носках, на одной ноге на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Лисы и куры». Развитие координационных способностей | Урок изучения нового материала | 16.01 |  |
| 34. | Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание. | Стойка на носках, на одной ноге на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Лисы и куры». Развитие координационных способностей | Комбинированный урок | 18.01 |  |
| 35. | Лазание по гимнастической стенке и канату. | Лазание по гимнастической стенке и канату. ОРУ в движении. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей | Урок изучения нового материала | 21.01 |  |
| 36. | Лазание по гимнастической стенке и канату. | Лазание по гимнастической стенке и канату. ОРУ в движении. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей | Комбинированный урок | 23.01 |  |
| 37. | Лазание по гимнастической стенке и канату. | Лазание по гимнастической стенке и канату. Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях. ОРУ в движении. | Комбинированный урок | 25.01 |  |
| 38. | Подтягивание по гимнастической скамейке. Перелезание. | Подтягивание лежа на животе по гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. | Комбинированный урок | 28.01 |  |
| 39. | Перелезание . Игра «Ниточка и иголочка». | Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Ниточка и иголочка». | Комбинированный урок | 30.01 |  |
|  | | | | | | | |
| 40. | Подвижные игры. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». | Подвижные игры. ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; * планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; * анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; * видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; * оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; * оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; * организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; * организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки; * взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; * выполнять технические действия из базовых видов спорта. | **Моделируют** технику базовых способов передвижения на лыжах.  **Осваивают** универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.  **Выявляют** характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.  **Проявляют** выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.  **Объясняют** технику выполнения поворотов, спусков и подъемов.  **Осваивают** технику поворотов, спусков и подъемов.  **Проявляю**т координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.  **Соблюдают** правила безопасности выполнении поворотов, спусков и подъемов. | Урок-игра | 1.02 |  |
| 41. | Подвижные игры. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». | Подвижные игры. ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». | Урок-игра | 4.02 |  |
| 42. | Подвижные игры. «К своим флажкам», «Два мороза». | Подвижные игры. ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». | Урок-игра | 6.02 |  |
| 43. | Подвижные игры | Подвижные игры. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 8.02 |  |
| 44. | Подвижные игры. | Подвижные игры. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 11.02 |  |
| 45. | Подвижные игры. Игра «Пятнашки». | Подвижные игры. ОРУ. Игра «Пятнашки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 13.02 |  |
| 46. | Подвижные игры. Игра «Пятнашки». | Подвижные игры. ОРУ. Игра «Пятнашки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 15.02 |  |
| 47. | ОРУ в движении. Игра: «Прыгающие воробушки». | ОРУ в движении. Игра: «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 25.02 |  |
| 48. | ОРУ в движении. Игра: «Прыгающие воробушки». | ОРУ в движении. Игра: «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 27.02 |  |
| 49. | ОРУ в движении. Игра: «Зайцы в огороде». | ОРУ в движении. Игра: «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 1.03 |  |
| 50. | ОРУ в движении. Игра: «Зайцы в огороде». | ОРУ в движении. Игра: «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 4.03 |  |
| 51. | ОРУ в движении. Эстафеты. | ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 6.03 |  |
| 52. | ОРУ в движении. Эстафеты. | ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 11.03 |  |
| 53. | ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры». | ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 13.03 |  |
| 54. | ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры». | ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 15.03 |  |
| 55. | ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры». | ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры»,. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 18.03 |  |
| 56. | ОРУ в движении. Игра: «Точный расчет». | ОРУ в движении. Игра: «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 20.03 |  |
|  | ОРУ в движении. Игра: «Точный расчет». | ОРУ в движении. Игра: «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 22.03 |  |
| 58. | ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры», «Точный расчет». | ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры», «Точный расчет». Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 1.04 |  |
| 59. | ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры», «Точный расчет». | ОРУ в движении. Игра: «Лисы и куры», «Точный расчет». Развитие скоростно-силовых способностей | Урок-игра | 3.04 |  |
| 60. | Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола. Бросок мяча снизу на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | **Личностные результаты:**   * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; * обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;   **Предметные результаты**   * оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; * организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;   овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.   * формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. | **Осваивают** универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.  **Выявляют** характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.  **Проявляют** быстроту и ловкость во время подвижных игр.  **Объясняют** технику выполнения поворотов, спусков и подъемов.  **Осваивают** технику поворотов, спусков и подъемов.  **Соблюдают** дисциплину и правила безопасности во время подвижных игр. | Урок-игра | 5.04 |  |
| 61. | Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола. Бросок мяча снизу на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | Урок-игра | 8.04 |  |
| 62. | Бросок мяча снизу на месте. Игра «Картошка». | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Картошка». Развитие координационных способностей | Урок-игра | 10.04 |  |
| 63. | Бросок мяча снизу на месте. Игра «Картошка». | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Картошка». Развитие координационных способностей | Урок-игра | 12.04 |  |
| 64. | Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола. Бросок мяча снизу на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | Урок-игра | 15.04 |  |
| 65. | Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола .Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | Урок-игра | 17.04 |  |
| 66. | Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола .Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | Урок-игра | 19.04 |  |
| 67. | Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола . ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Бросай – поймай». | Урок-игра | 22.04 |  |
| 68. | Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола . ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Бросай – поймай». | Урок-игра | 24.04 |  |
| 69. | Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола . ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | Урок-игра | 26.04 |  |
| 70. | Подвижные игры на основе баскетбола. Передача мяча снизу на месте. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола .Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | **Личностные результаты:**   * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; * обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;   **Предметные результаты**   * оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; * организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;   овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.   * формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. | **Осваивают** универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.  **Выявляют** характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.  **Проявляют** быстроту и ловкость во время подвижных игр.  **Объясняют** технику выполнения поворотов, спусков и подъемов.  **Осваивают** технику поворотов, спусков и подъемов.  **Соблюдают** дисциплину и правила безопасности во время подвижных игр. | Урок-игра | 29.04 |  |
| 71. | Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола . ОРУ. Игра «Бросай – поймай». | Урок-игра | 3.05 |  |
| 72. | Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Бросай – поймай». | Подвижные игры на основе баскетбола . ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Бросай – поймай». | Урок-игра | 6.05 |  |
| 73. | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. | Урок-игра | 8.05 |  |
| 74. | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. | Урок-игра | 10.05 |  |
| 75. | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. | Урок-игра | 13.05 |  |
| 76. | Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Игра «Бросай – поймай». | Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | Урок-игра | 15.05 |  |
| 77. | Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Игра «Бросай – поймай». | Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Э Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | Урок-игра | 17.05 |  |
| 78. | Эстафеты с мячами. Игра «Бросай – поймай». | ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей | Урок-игра | 20.05 |  |
| 79. | Равномерный бег. Подвижная игра «Пятнашки». | Равномерный бег 3 минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. | **Личностные результаты:**   * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; * обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; * организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;   овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.  формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. | **Осваивают** универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.  **Выявляют** характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.  **Проявляют** быстроту и ловкость во время подвижных игр.  **Объясняют** технику выполнения поворотов, спусков и подъемов.  **Осваивают** технику поворотов, спусков и подъемов.  **Соблюдают** дисциплину и правила безопасности во время подвижных игр.  **Осваивают** умения выполнять универсальные физические упражнения.  **Развивают** физические качества. | Комбинированный урок | 22.05 |  |
| 80. | Равномерный бег. Подвижная игра «Пятнашки». | Равномерный бег 3 минуты. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. | Комбинированный урок | 24.05 |  |
| 81. | Равномерный бег. Подвижная игра «Пятнашки». | Равномерный бег 3 минуты. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. | Комбинированный урок | 27.05 |  |
| 82. | Равномерный бег. Подвижная игра «Третий лишний». | Равномерный бег 4 минуты. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. | Комбинированный урок |  |  |
| 83. | Равномерный бег. Подвижная игра «Третий лишний». | Равномерный бег 4 минуты. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. | Комбинированный урок |  |  |
| 84. | Равномерный бег. Подвижная игра «Третий лишний». | Равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *здоровье* | Комбинированный урок |  |  |
| 85. | Равномерный бег. Подвижная игра «Третий лишний». | Равномерный бег 6 минут. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *здоровье* | Комбинированный урок |  |  |
| 86. | Равномерный бег. Подвижная игра «Третий лишний». | Равномерный бег 6 минут. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие *здоровье* | Комбинированный урок |  |  |
| 87. | Равномерный бег. Подвижная игра «Пятнашки». | Равномерный бег 7 минут. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости | Комбинированный урок |  |  |
| 88. | Равномерный бег. Подвижная игра «Вызов номера». | Равномерный бег 8 минут. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Вызов номера». ОРУ. Развитие выносливости | Комбинированный урок |  |  |
| 89. | Сочетание различных видов ходьбы. Подвижная игра «Воробьи и вороны». | Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;     **Предметные результаты**   * планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; * формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. | **Усваивают** основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение.  **Демонстрируют** вариативное выполнение беговых упражнений.  **Включают** прыжковые упражнения в различные фор­мы занятий по физической культуре.  **Выбирают** индивидуальный темп передвижения, кон­тролируют темп бега по частоте сердечных сокраще­ний.  **Закрепляют** в играх навыки прыжков.  **Включают** прыжковые упражнения в различные фор­мы занятий по физической культуре.  **Описывают** технику выполнения беговых, прыжковых упраж­нений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  **Применяют** беговые упражнения для развития коор­динационных, скоростных способностей. | Урок изучения нового материала |  |  |
| 90. | Сочетание различных видов ходьбы. Подвижная игра «Воробьи и вороны». | Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». | Комбинированный урок |  |  |
| 91. | Сочетание различных видов ходьбы. | Сочетание различных видов ходьбы. Бег 30 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных способностей | Комбинированный урок |  |  |
| 92. | Сочетание различных видов ходьбы. | Сочетание различных видов ходьбы. Бег 30 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных способностей | Комбинированный урок |  |  |
| 93. | Прыжок в длину с места. | Прыжок в длину с места. Эстафеты. ОРУ. | Комбин. урок |  |  |
| 94. | Прыжок в длину с места. Подвижная игра «Воробьи и вороны» | Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две. ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны» | Комбинированный урок |  |  |
| 95. | Прыжок в длину с места. Подвижная игра «Воробьи и вороны». | Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». | Урок изучения нового материала |  |  |
| 96. | Метание малого мяча в цель. Подвижная игра «Попади в мяч». | Метание малого мяча в цель (22) с 3–4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». . Развитие скоростно-силовых качеств | Комбинированный урок |  |  |
| 97. | Метание малого мяча в цель. Подвижная игра «Попади в мяч». | Метание малого мяча в цель (22) с 3–4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты. | Комбинированный урок |  |  |
| 98. | Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Снайперы». | ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств | Комбинированный урок |  |  |
| 99. | Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Снайперы». | ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств |  |  | Комбинированный урок |  |  |