

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты			Характеристика деятельности учащихся	Дата	
			предметные		Метапредметные			Личностные
			Обучаемый научится	Обучаемый получит возможность научиться				
Легкая атлетика (11 часов)								
1	<u>Инструктаж по ТБ.</u> Физкультура и спорт в жизни людей. Обучение передвижению в колонне. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Подвижная игра «Ловишка».	Вводный	Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	<u>Позн.</u> Понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий	Развитие скоростных качеств	
2	«Движение есть движение». Повороты направо, налево. Строевые команды «равняйсь», «смирно». Разминка в	Изучение нового материала	Бегать на короткую дистанцию	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 30 м.	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. Сформулированной педагогом; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление	Развитие скоростных качеств	Понятие <i>короткая дистанция</i>

	<p>движении. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег 30 м. Подвижная игра «Вызов номера».</p>				<p>ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия;</p>	<p>учебных мотивов;</p>		
3	<p>«Зарядка в стране Олимпийщиков». Разучивание комплекса для утренней зарядки под музыку. Строевые упражнения. Разминка в движении. Техника челночного бега. Разновидности ходьбы. Подвижная игра «Прерванные пятнашки».</p>	<p>Изучение нового материала</p>	<p>Бегать на короткую дистанцию</p>	<p>правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;</p>	<p>Развитие скоростных качеств</p>	
4	<p>Игровое занятие на свежем воздухе «Удержание дистанции». Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка на месте. Ходьба на</p>	<p>Комбинированный</p>	<p>Ходить под счёт Понятие «короткая дистанция».</p>	<p>правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 30 м, до 60 м.</p>	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах</p>	<p>Развитие скоростных качеств</p>	

	носках, пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег 30, 60 м. подвижная игра «Зайцы в огороде».				учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий		
5	Игровое занятие «Удержание дистанции». Знакомство с теорией возникновения физической культуры и спорта. Разминка в движении по кругу Бег с ускорением. Бег 60 м. Подвижная игра «Гуси-лебеди».	Комбинированный	Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Ходьба с высоким подниманием бедра. Развитие скоростных качеств.	
6.	Игра - занятие «Движение есть движение». Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайся», «на руки в стороны разомкнись».	Изучение нового материала	Выполнять прыжки на одной ноге и на двух на месте. Прыжок в длину с места.	Выполнять прыжки на одной ноге и на двух на месте.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности	Развитие скоростно-силовых качеств	

	Разминка, направленная на развитие координации движений. Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Два мороза».							
7	Игра - занятие «Движение есть движение». Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь», «на руки в стороны разомкнись». Разминка, направленная на развитие координации движений. Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Совушка».	Изучение нового материала	Выполнять прыжки на одной ноге и на двух на месте. Прыжок в длину с места.	Выполнять прыжки на одной ноге и на двух на месте.	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие скоростно-силовых качеств	
8.	Игра-путешествие в страну Олимпийщиков. Рассказ об Олимпийских играх – символике и традициях.	Комбинированный	правильно выполнять основные движения в прыжках;	приземляться в яму на две ноги	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию	Развитие скоростно-силовых качеств	

	Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Лисы и куры».				сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	занятий; проявление учебных мотивов;		
9.	Игровое занятие «Что такое физическая культура?». Разминка с мешочками. Метание малого мяча из положения стоя грудью в направлении метания. Подвижная игра «К своим флажкам».	Изучение нового материала	правильно выполнять основные движения в метании;	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	Развитие скоростно-силовых способностей	
10.	Урок – игра «Темп и ритм». Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Метание малого мяча из положения стоя грудью в	Изучение нового материала	правильно выполнять основные движения в метании;	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие скоростно-силовых способностей	

	направления метания на заданное расстояние. Подвижная игра «Салки».				осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
11.	Игра – путешествие в «Страну игр». Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в движении. Подвижные игры «Салки», «Мышеловка» .Метание малого мяча из положения стоя грудью в направления метания на заданное расстояние.	Комбинированный	правильно выполнять основные движения в метании;	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Развитие скоростно-силовых способностей	
Подвижные игры (13 часов)								
12	<u>Инструктаж по ТБ.</u> «Открываем дверь в Страну игр» Эстафеты. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза».	Изучение нового материала	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	Развитие скоростно-силовых способностей.	

					<u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;			
13-14	Эстафеты. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Разминка с малыми мячами. Метание малого мяча на точность. Игровое занятие на запоминание временного отрезка. Наклоны вперед из положения стоя. Разминка, направленная на развитие гибкости.	Комплекс- ный	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие скоростно-силов ых способностей.	
15-17	Эстафеты. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Игровое занятие, направленное на развитие гибкости. Подъем туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Волк во рву». Упражнение на запоминание временного	Комплекс- ный	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Развитие скоростно-силов ых способностей	

	отрезка.				мнение;			
18-20	Эстафеты. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	Комплексный	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	Развитие скоростно-силовых способностей	
21-24	Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Игровое занятие «Осада города». Разминка с мячами в парах. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»	Комплексный	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие скоростно-силовых способностей	
Гимнастика (18 часов)								
25	<u>Инструктаж по ТБ</u> Урок – игра «В гостях у Королевы Гимнастики».	Изучение нового материала	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные	проявление особого интереса к новому,	Развитие координационных способностей	.

	<p>Игровое занятие «Ночная охота».</p> <p>Разминка с мячами.</p> <p>Упражнения с мячами: ведение, броски, ловля и перебрасывание.</p> <p>Подвижная игра «Ночная охота». Основная стойка. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг.</p> <p>Группировка. Игра «Лисы и куры» .</p>			<p>Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях.</p>	<p>учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности <u>Позн.</u></p> <p>понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u></p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u></p> <p>Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>собственно школьному содержанию занятий;</p> <p>проявление учебных мотивов;</p>		
26-2 7	<p>Основная стойка.</p> <p>Группировка.</p> <p>Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях.</p> <p>Игра «Лисы и куры».</p> <p>Режим дня школьника</p>	Комплексный	выполнять строевые команды	<p>Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации</p> <p>Название основных гимнастических снарядов</p>	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели;</p> <p>Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u></p>	<p>проявление учебных мотивов;</p> <p>предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа</p>	<p>Развитие координационных способностей.</p>	

					формулировать собственное мнение;			
28-29	Основная стойка. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. ОРУ. Игра «Совушка». Сон –выручитель нервной системы.	Комплексный	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Развитие координационных способностей	
30	Основная стойка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Лисы и курь». Беседа: «Утренняя гигиеническая гимнастика»	Комплексный	выполнять строевые команды	Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	Развитие координационных способностей	
31-33	Перестроение. Размыкание на вытянутые в стороны руки.	Изучение нового материала	Научиться выполнять строевые упражнения.	Выполнять упражнения в равновесии	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные	проявление учебных мотивов; предпочтение	Выполнение команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	

	Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка». Чем знаменита Тула для велоспорта.				учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие координационных способностей	
34-3 6	Лазание по гимнастической стенке. Ходьба по гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Игра «Ниточка и иголочка». Личная гигиена(уход за волосами и полостью рта)	Изучение нового материала	лазать по гимнастической стенке, скамейке.	Выполнять упражнения в равновесии	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Развитие силовых способностей	
37-3 9	Лазание по гимнастической стенке Ходьба по гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях.. Игра «Ниточка и иголочка». Правильная осанка и её значение для здоровья. Главный	Изучение нового материала	лазать по гимнастической стенке, канату;	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Перелезание через горку матов Развитие силовых способностей	Подтягивание лежа на животе по гимнастической скамейке.

	спортивный комплекс в г.Туле.				приходить к общему решению в совместной деятельности			
40-4 2	Обучение техники выполнения акробатических упражнений. Лазание по канату. Учёт умений в лазании по канату. Выполнение висов, упоров и упражнений на равновесие. Какими видами спорта знаменита Тульская область.	Изучение нового материала	лазать по гимнастической стенке, канату;	Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Перелазание через горку матов. Развитие силовых способностей	Подтягивание лежа на животе по гимнастической скамейке.

Подвижные игры на основе баскетбола (6 часов)

43-4 5	<u>Инструктаж по ТБ</u> Бросок мяча снизу на месте. Игра «Школа мяча».	Изучение нового материала	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	Развитие координационных способностей	Ловля мяча на месте.
-----------	---	---------------------------	---	-------------------------	--	--	---------------------------------------	----------------------

					мнение;			
46-4 8	Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте.. Эстафеты с мячами. Игра «Играй, играй - мяч не теряй» Правила поведения в зимнее время(внеурочное и каникулярное)	Комплексный	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие координационных способностей	Ловля мяча на месте.

Лыжная подготовка (21 час)

49	<u>Инструктаж по ТБ 9.2</u> Переноска и надевание лыж Правильный уход за лыжами. Передвижение на лыжах.	Изучение нового материала	Правильно переносить лыжи	Правильно ухаживать за лыжами	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Развитие координационных и силовых способностей	Выполнение упражнения
50-5 2	Ступающий и скользящий шаг с палками. Зимние виды спорта. Тула	Изучение нового материала	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах без палок с широкой амплитудой работы	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные	Ориентация на содержательные моменты школьной	Развитие координационных и силовых способностей	

	спортивная. Температурный режим			рук.	учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
53-54	Ступающий шаг без палок .П/и «Быстрый лыжник» Техника попеременно-двух шажного хода. Повороты на месте. ЗОЖ, его значения для человека.	Изучение нового материала	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие координационных и силовых способностей	Выполни упражнение
55-56	Ступающий шаг с палками Техника попеременно-двух шажного хода. Значение занятий физическими упражнениями в режиме дня для учёбы и отдыха.	Изучение нового материала	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных	Развитие координационных и силовых способностей	

					выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	мотивов;		
57-59	Скользкий шаг без палок Техника попеременно-двух шажного хода. Повороты. Тула спортивная	Изучение нового материала	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	Развитие координационных и силовых способностей	Выполни упражнение
60-62	Скользкий шаг Техника попеременно-двух шажного хода. Повороты. Прохождение дистанции в равномерном темпе, скользкий шаг	Изучение нового материала	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие координационных и силовых способностей	

					деятельности			
63-6 5	Повороты переступанием. Техника попеременно-двухшажного хода. Повороты. Прохождение дистанции в равномерном темпе. Переохлаждение и его предупреждение на занятиях по лыжам и во время самостоятельного гуляния зимой.	Изучение нового материала	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Развитие координационных и силовых способностей	Выполни упражнение
66-6 7	Подъёмы и спуски под склон. Техника одновременно бесшажного хода. Прохождение дистанции в равномерном темпе. Профилактика детского травматизма.	Изучение нового материала	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие координационных и силовых способностей	
68	Подъём лесенкой наискось. Техника одновременно бесшажного хода. Повороты.	Изучение нового материала	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный	проявление особого интереса к новому, собственно школьному	Развитие координационных и силовых способностей	

	Прохождение дистанции в равномерном темпе. Спуск и подъём «лесенкой».				опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
69	Передвижение на лыжах до 1 км. Техника классических ходов. Прохождение дистанции в равномерном темпе. Поворот переступанием. Тестирование: спуск и подъём «лесенкой».	Изучение нового материала	Передвигаться на лыжах	Передвигаться на лыжах	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	Развитие координационных и силовых способностей	Выполни упражнение
Подвижные игры на основе баскетбола (6 часов)								
70	<u>Инструктаж по ТБ</u> Правила комплекса упражнений для формирования правильной осанки Бросок мяча снизу на месте в щит. Эстафеты с мячами. Игра «Попади в обруч».	Изучение нового материала	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие координационных способностей	Бросок мяча снизу

					ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
71	Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч водящему». Профилактика утомления, связанного с учебной деятельностью.	Изучение нового материала	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Развитие координационных способностей	«Передай мне мяч снизу»
72	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Попади в обруч». Курение-вред здоровью.	Изучение нового материала	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие координационных способностей	Передача мяча в движении
73	Ведение на месте	Изучение	владеть мячом:	играть в	<u>Позн.</u>	проявление	Развитие	

	правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «У кого меньше мячей» Закаливание и его влияние на организм.	нового материала	держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	мини-баскетбол	понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	координационных способностей	
74-75	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Игра «У кого меньше мячей»	Комплексный	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	играть в подвижные игры	Ведение мяча на месте
Подвижные игры (13 часов)								
76	<u>Инструктаж по ТБ</u> Подвижная игра «Пятнашки». Первая помощь при ушибах.	Комплексный	играть в подвижные игры	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление	Развитие координационных способностей	

					учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	учебных мотивов;		
77-80	Подвижная игра «Лисы и куры»	Комплексный	играть в подвижные игры	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	Развитие координационных способностей	Пройди тихо
81-82	Подвижная игра «Прыгающие воробушки» Первая помощь при открытых ранах.	Комплексный	играть в подвижные игры	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие координационных способностей	Попрыгай на месте

					учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;			
83-8 5	Подвижная игра «К своим флажкам»	Комплексный	играть в подвижные игры	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Развитие координационных способностей	Добеги до своего флажка
86-8 8	Подвижная игра «Зайцы в огороде» Первая помощь при укусах насекомых.	Комплексный	играть в подвижные игры	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	Развитие координационных способностей	
Легкая атлетика (11 часов)								
89	<u>Инструктаж по ТБ</u> Бег с изменением направления, ритма и темпа.. Бег 30 м.	Изучение нового материала	правильно выполнять основные движения в	бегать с максимальной скоростью	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую	проявление учебных мотивов; предпочтение	Развитие координационных способностей	Бег в заданном коридоре

	Подвижная игра «К своим флажкам» Первая помощь при тепловых и солнечных ударах.		ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью		деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа		
90-9 2	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 60 м. Эстафеты	Изучение нового материала	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с	максимальной скоростью до 60 м.	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Развитие координационных способностей	Бег в заданном коридоре
93-9 5	Прыжок в длину с места. Эстафеты. Первая помощь при попадании различных предметов в дыхательные пути.	Изучение нового материала	правильно выполнять основные движения в прыжках;	Прыгать в полную силу	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление	Развитие координационных и силовых способностей	Прыжок в длину с места

					задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	о качествах хорошего ученика;		
96-9 7	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две. Эстафеты. Значение физической культуры в жизни современного человека	Изучение нового материала	правильно выполнять основные движения в прыжках;	Прыгать в полную силу	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие координационны х и силовых способностей	Прыжок в длину с места
98	Метание малого мяча в цель с места, из различных положений; игра «Точный расчёт»	Изучение нового материала	правильно выполнять основные движения в метании;	метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Развитие координационны х и силовых способностей	Метание мяча

					формулировать собственное мнение;			
99	Метание малого мяча в цель с 3–4 метров. Метание набивного мяча из разных положений. Игра «Метко в цель» Правила поведения во время летних каникул.	Изучение нового материала	правильно выполнять основные движения в метании;	метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа	Развитие координационных и силовых способностей	Метание мяча