**Календарно-тематическое планирование по предмету «Физическая культура» 1классы на 2016-2017 уч. год**

**МБОУ «СШ№16» (ФГОС)**

 **1А. 1Б класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  | **Дата план**  | **Дата****Факт.** | **Цель, тема урока** | **Краткое содержание урока** | **УУД** |
| **урока** | **Предметные****(знать)** | **Метапредметные****(уметь)** | **Личностные:** |
|  **1 четверть: Раздел: « Подвижные игры» (9ч.)** |
| 1/1 | 01.09.1-А, 1-Б |  | Вводный и первичный инструктаж по Т/Б. Основы знаний. | Вводный инструктаж.Первичный инструктаж по т/б. Режим дня.Личная гигиена школьника.  | Правила ТБ. Правила под­вижных игр. | **Регулятивные:** выделять и осознавать, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, **Познавательные:** интерес к самостоятельным занятиям физ. упражнениями **Коммуникативные:** отстаивать свою точку зрения, | Учебно- познавательный интерес к учебному материалу |
| 2/2 | 02.09.1-А,1-Б |  | Подвижные игрыОсвоение строевых упражнений | Инструктаж ТБ. Строевыеупражнения. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые,упражнения. Развитие быстроты и координации. Подвижные игры.. | Правила ТБ. Правила подвижных игр. | **Регулятивные:** выделять и осознавать, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, **Познавательные:** проявлять творческий подход и искать нестандартные способы решения **Коммуникативные :** активность*.* | Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач |
| 3/3 | 05.09.1-Б, 06.09.1-А |  |
| 4/4 | 08.09.1-А. 1-Б |  |
| 5/5 | 09.09.1-А, 1-Б |  | Подвижные игры | Инструктаж ТБ. ОРУ, Строевые упр. Специальные беговые, прыжковые, упражнения.Развитие быстроты и координации. Подвижные игры. | правила ТБ. Правила подвижных игр | **Регулятивные:** планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей**Познавательные:** интерес к занятиям физическими упражнениями, **Коммуникативные:** отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета, активность. | Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач |
| 6/6 | 13.09.1-А,15.09.1-Б |  |
| 7/7 | 15.09.1-А,16.09.1-Б |  | Развитие координационных способностейПодвижные игры | Инструктаж ТБ. ОРУ, Ходьба и бег с изменением направления по сигналу. Специальные беговые упражнения. Подвижные игры на внимание. Развитие быстроты и координации.  | правила ТБ. Правила подвижных игр | **Регулятивные:** давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.**Коммуникативные:** сотрудничать с товарищами при выполнении заданий, сравнивать. Устанавливать и соблюдать очерёдность действий,  **Познавательные:** интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями  | Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; |
| 8/8 | 16.09.1-А,19.09.1-Б |  |
| 9/9 | 20.09.1-А,22.09.1-Б |  |
|  **Раздел: «Легкая атлетика» (9ч.)** |
| 10\1 | 22.09.1-А,23.09.1-Б |  | Виды ходьбы. Освоение строевых упражнений | Вводный инструктаж по ТБ. Строевые упражнения. ОРУ. Виды ходьбы и бега. Специальные беговые, прыжковые, упражнения. Развитие быстроты и координации. Подвижные игры. | правила ТБ. на уроках л/атлетики | **Регулятивные:** принятие и удерживание учебной задачи**Познавательные:** контроль и оценка процесса и результатов деятельности;**Коммуникативные:** устанавливать и соблюдать очерёдность действий | Проявление активности, подчинение своих желаний сознательно поставленным целям |
| 11/2 | 23.09.1-А,26.09.1-Б |  | Разновидностиходьбы и бегаОсвоение строевых упражнений | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. ОРУ. Ходьба и бег. Специальные беговые, прыжковые, упражнения. Развитие быстроты и координации. Подвижные игры. | Правила проведения подвижных игр. Выполнять строевые упражнения. Названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. Сочетать различные виды ходьбы. | **Регулятивные:** коррекция – вносить необходимые изменения в способ действия.**Познавательные:** общеучебные – ориентироваться в разнообразии способов решения задач.**Коммуникативные:** взаимодействие – строить монологическое высказывание | Принятие и освоение социальной роли обучающегося  |
| 12/3 | 27.09.1-А,29.09.1-Б |  |
| 13\4 | 29.09.1-А,30.09.1-Б |  | Разновидности ходьбы и бега Освоение строевых упражнений | ТБ. Разновидности ходьбы. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, бег с ускорением. Понятие « короткая дистанция» бег 30м. Развитие скоростных качеств. Подвижные игры. Эстафеты. Челночный бег. | Понятие «короткая дистанция**»**Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. | **Регулятивные:** целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу.**Познавательные:** общеучебные – использовать общие приемы решения задач.**Коммуникативные:** управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,  |
| 14\5 | 30.09.1-А,03.10.1-Б |  | Разновидности ходьбы и бега. Разновидности прыжков.Освоение строевых упражнений |  Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения .Прыжки: через скакалку Челночный бег. Многоскоки.. Подвижные игры с бегом и прыжкам. Развитие скоростно-силовых качеств. Бег (30м) оценить. Эстафеты.  | Понятие «короткая дистанция**»**Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, ТБ при приземлении в прыжках. Правильно выполнять основные движения в прыжках;  | **Регулятивные:** целеполагание – формулировать и удерживать задачу.**Познавательные:** общеучебные – использовать общие приемы решения поставленных задач.**Коммуникативные:** ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения;   | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия  |
| 15\6 | 04.10.1-А,06.10.1-Б |
| 16\7 | 06.10.1-А,07.10.1-Б |  |  Разновидностипрыжков Метание малого мяча | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения. Прыжки в длину с места (оценить). Упражнения для метаний. Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цели (9м), метание набивного мяча 1кг.Игра. | ТБ при призем­лении в прыж­кахправильно выполнять основные движения в прыжках;   | **Регулятивные:** целеполагание – преобразовывать практическую задачу в познавательную.**Познавательные:** общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.**Коммуникативные:** формулировать свои затруднения;  | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки   |
| 17\8 | 07.10.1-А,10.10.1-Б |  | Метание малого мяча |
| 18\9 | 11.10.1-А,13.10.1-Б |  | Метание малого мяча |
|  |  **Раздел: Кроссовая подготовка (8 ч.)**  |  |
| **19**\1 | 13.10.1-А,14.10.1-Б |  | Бег по пересеченнойместности   | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения. равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом повторное выполнение многоскоков; преодоление препятствий (15—20 см); Игры с бегом , прыжками, метанием. | правила ТБ. | **Регулятивные:** целеполагание – формулировать и удерживать задачу.**Познавательные:** общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.**Коммуникативные:** устанавливать и соблюдать очерёдность действий, сравнивать полученные результаты; активность**Регулятивные:**выбирать действия в соответствии с поставленной задачей саморегуляция – концентрация воли для преодоления затруднений и физических препятствий; **Познавательные:** поиск и выделение необходимой информации из различных источников. | Проявление активности, подчинение своих желаний сознательно поставленным целям |
| **20\2** | 14.10.1-А,17.10.1-Б |  |
| **21\3** | 18.10.1-А,20.10.1-Б |  |
| **22\4** | 20.10.1-А,21.10.1-Б |  |
| **23\5** | 21.10.1-А,24.10.1-Б |  | Бег по пересеченнойместности | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; многоскоки; повторное преодоление препятствий (15—20 см); Игры с бегом и прыжками:  | правила ТБ. | **Регулятивные:**; саморегуляция– концентрация воли для преодоления затруднений и физических препятствий; **Познавательные:** выделение необходимой информации. **Коммуникативные:** инициативное сотрудничество | Проявление активности, подчинение своих желаний сознательно поставленным целям |
| **24\6** | 25.10.1-А,27.10.1-Б |  | Бег по пересеченнойместности | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения. равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, до 1000м без учета времен; Подвижные игры | правила ТБ. | **Регулятивные:**; саморегуляция– концентрация воли для преодоления затруднений и физических препятствий; **Познавательные:** выделение необходимой информации. **Коммуникативные:** инициативное сотрудничество | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося  |
| **25\7** | 27.10.1-А,28.10.1-Б |  |
| **26/8** | 28.10.1-А,07.11.1-Б |  |
|  | **2 четверть Раздел: Гимнастика с основами акробатики (18 ч.)** |  |
| 27\1 |  08.11.1-А,10.11.1-Б |  | АкробатикаСтроевые упражненияРазвитие гибкости | Инструктаж ТБ. Организующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки. выполнение команд: «Смирно!»; «Вольно!», «Равняйсь!», «Шагом марш!», «На месте, стой!»; размыкание в шеренге и колонне; построение в круг; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!». ОРУ. Виды ходьбы. Корригирующие упражнения. Группировка из положения, лежа сидя Подвижные игры. Развитие гибкости и координационных способностей. | Правила ТБ. Знатьстроевые команды. акробатические элементы раздельно и в комбинации. | **Регулятивные:** целеполагание – формулировать и удерживать задачу.Познавательные: находить необходимую информацию. Коммуникативные: с точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,  |
| 28\2 | 10.11.1-А,11.11.1-Б |  | АкробатикаСтроевые упражненияРазвитие гибкости |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега. Строевые упражнения. ОРУ. Упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа; перекаты назад из седа в группировке и обратно; перекаты из упора присев, Подвижные игры.. | Правила ТБ. Знать:строевые команды. акробатические элементы раздельно и в комбинации. | **Регулятивные:** предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.**Познавательные:** выделение необходимой информации**Коммуникативные:** определять общую цель в совместном взаимодействии  | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смыслаучения, ,  |
| 29\3 | 11.11.1-А,14.11.1-Б |  | АкробатикаСтроевые упражненияРазвитие гибкости | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. ОРУ. Перекаты назад из седа в группировке и обратно; упор присев, стойка, на лопатках согнув ноги; мост из положения, лежа на спине. Прыжки через скакалку. Развитие гибкости и координационных способностей. Подвижные игры. | правила ТБ. Знать:строевые команды. акробатические элементы раздельно и в комбинации. | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя Познавательные: выделение необходимой информации | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 30\4 | 15.11.1-А,17.11.1-Б |  | АкробатикаСтроевые упражненияРазвитие гибкости | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Организующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде. Группировка из положения, лежа; перекаты назад из седа в группировке и обратно; перекаты из упора присев, стойка, на лопатках согнув ноги; Прыжки через скакалку. Развитие гибкости и координационных способностей. Подвижные игры. | правила ТБ. Знать:строевые команды. акробатические элементы раздельно и в комбинации. правила ТБ.  | **Регулятивные:** предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.**Познавательные:** выделение необходимой информации**Коммуникативные:** управление коммуникацией – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения  | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,   |
| 31\5 | 17.11.1-А,18.11.1-Б |  |
| 32\6 | 18.11.1-А,21.11.1-Б |  | АкробатикаСтроевые упражненияРазвитие гибкости | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Развитие гибкости и координационных способностей. Подвижные игры | правила ТБ.. Знать:строевыекоманды. акробатические элементы  | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выделение необходимой информации | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувствРазвитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, ,  |
| 33\7 | 22.11.1-А,24.11.1-Б |  |
| 34\8 | 24.11.1-А,25.11.1-Б |  | Висы и упоры. Развитие силовых способностей | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ.. Вис стоя и лежа. Развитие силовых способностей. Подвижные игры. | Правила ТБ. Правила ТБ.  | Коммуникативные: получать информацию с помощью вопросов, Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и Познавательные: находить необходимую информацию. | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 35\9 | 25.11.1-А,28.11.1-Б |  |
| 36\10 | 29.11.1-А,01.12.1-Б |  | Висы и упоры. Развитие силовых способностей | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Висы: на гимнастической лестнице поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. на перекладине. Подтягивания в висе. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке.Игры. | Правила ТБ. | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.Познавательные: : выделение необходимой информации | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 37\11 | 01.12.1-А,02.12.1-Б |  |
| 38\12 | 02.12.1-А,05.12.1-Б |  |
| 39\13 | 06.12.1-А,08.12.1-Б |  | Висы и упоры. Развитие силовых способностей  | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Висы: на гимнастической лестнице поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. на перекладине. Подтягивания в висе. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. Подвижные игры. | правила ТБ.  | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя Познавательные: выделение необходимой информации | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, ,  |
| 40\14 | 08.12.1-А,09.121-Б |  |
| 41\15 | 09.12.1-А,12.12.1-Б |  | Лазание, упражнения в равновесии Развитие координационных способностей.  Преодоление гимнастической полосы препятствий. | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа на животе, подтягиваясь руками. Развитие координационных способностей.  | Правила ТБ. .  | Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя Познавательные: выделение необходимой информацииКоммуникативные: устанавливать рабочие отношения. | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |
| 42\16 | 13.12.1-А,15.12.1-Б |  |
| 43\17 | 15.12.1-А,16.12.1-Б |  |
| 44\18 | 16.12.1-А,19.12.1-Б |  | Лазание, упражнения в равновесииПреодоление гимнастической полосы препятствий. Развитие координационных способностей.  | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре, по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях; подтягивание, лежа на животе по горизонтальной скамейке; перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку. Игры. | Правила ТБ., | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.Познавательные:выделение необходимой информации | Развитие мотивов учебной деятельности и Осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,  |
|  |  |  **Раздел: «Подвижные игры» (4ч)** |  |
| 45\1 | 20.12.1-А,22.12.1-Б |  | Подвижные игрыПреодоление гимнастической полосы препятствий. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Подвижные игры с мячом, бегом, прыжками метанием.  | Правила ТБ. Знать правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями.  | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: выделение необходимой информации. | Установка на здоровый образ жизни, мотивация учебной деятельностиПроявлять точность, ловкость и быстроту во время эстафет |
| 46\2 | 22.12.1-А,23.12.1-Б |  |
| 47\3 | 23.12.1-А,12.01. 1-Б  |  |
|  **3 четверть Раздел: Подвижные игры и элементы спортивных игр (33ч.)** |
|  | **Подвижные игры (9ч)** |
| 48\1 | 12.01.1-А,13.01.1-Б  |  | Подвижные игры. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей. | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Игры с мячом. Развитиекоординационных и скоростно-силовых способностей. | Правила ТБ. Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями. | **Познавательные**: понимать и принимать цели, сформулированные учителем; **Регулятивные:** принимать и сохранять учебную задачу**Коммуникативные:** приходить к общему решению в совместной  | Проявление интереса к содержанию занятий;  |
| 49\2 |  13.01. 1-А, 16.01. 1-Б |  | Подвижные игры. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Игры с мячом, бегом, прыжками и метанием. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр владение мячом   | деятельности**Познавательные**: понимать и принимать цели, сформулированные учителем; **Регулятивные:** принимать и сохранять учебную задачу**Коммуникативные:** приходить к общему решению в совместной деятельности. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступкиРазвитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
|  50\3  |  17.01. 1-А,  19.01. 1-Б |  |
| 51\4 |  19.01. 1-А, 20.01. 1-Б |  | Подвижные игрыРазвитиеКоординационных и скоростно-силовых способностей   | ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Игры с мячом, бегом, прыжками и метанием. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей | Правила ТБ. Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями.  | **Познавательные**: понимать и принимать цели, сформулированные учителем; **Регулятивные:** принимать и сохранять учебную задачу**Коммуникативные:** приходить к общему решению в совместной деятельности | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 52\5 |  20.01. 1-А, 23.01. 1-Б |  |
| 53\6 |  24.01. 1-А, 26.01. 1-Б |  |
| 54\7 |  26.01. 1-А, 27.01. 1-Б |  | Подвижные игры. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Игры с мячом, бегом, прыжками и метанием. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр Владение  мячом   | **Познавательные**: понимать и принимать цели, сформулированные учителем; **Регулятивные:** принимать и сохранять учебную задачу**Коммуникативные:** приходить к общему решению в совместной деятельности | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 55\8 |  27.01. 1-А, 30.01. 1-Б |  |
| 56\9 |  31.01. 1-А, 02.02. 1-Б |  |
|  |  **Подвижные игры на основе «ВОЛЕЙБОЛА» (6ч)** |
| 58\1 |   |  | Подвижные игры на основе волейбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Подбрасывание и подача мяча; 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками из-за головы; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху); передача мяча в парах, на месте; Игра Эстафеты.  | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр Владение мячом  | **Познавательные**: понимать и принимать цели, сформулированные учителем; **Регулятивные:** принимать и сохранять учебную задачу**Коммуникативные:** приходить к общему решению в совместной деятельности | Развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия  |
| 59\2 |   |  | Подвижные игры на основе волейбола | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Подбрасывание и подача мяча;2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками из-за головы; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху); передача мяча в парах, на месте; Игра. Эстафеты.. | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр владение мячом  | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: играть в игры | Развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия  |
| 60\3 |   |  |
| 61\4 |   |  |  | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Броски мяча из различных исходных положений (сидя, стоя, 1-2-мя руками). Подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; эстафеты с мячом.   | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр Владение мячом   | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: играть в игры | Нравственно-этическая ориентация - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 62\5 |   |  |
| 63\6 |   |  |
|  **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА ОСНОВЕ** «**БАСКЕТБОЛА» (9ч)** |
| 64\1 |   |  | Подвижные игры на основебаскетбола | Инструктаж ТБ. Строевые упр. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ Ловля мяча на месте; бросок мяча снизу на месте; передача мяча снизу на месте; бросок мяча в цель; ведение мяча на месте; Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; Подв. игры и эстафеты с мячом.  | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр владение мячом  | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: играть в игры | Нравственно-этическая ориентация - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 65\2 |   |  | Подвижные игры на основебаскетбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Ловля мяча на месте; бросок мяча снизу на месте; передача мяча снизу на месте; бросок мяча в цель; ведение мяча на месте; Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; Подвижные игры и эстафеты с мячом.   | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр владение  мячом    | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: играть в игры. | Нравственно-этическая ориентация - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. |
| 66\3 |   |  |
| 67\4 |   |  |
| 68\5 |   |  |
| 69\6 |   |  | Подвижные игры на основебаскетбола | Инструктаж ТБ. Строевые упр. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Ловля мяча на месте; бросок мяча снизу на месте; передача мяча снизу на месте; бросок мяча в цель; ведение мяча на месте; Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; Подвижные. игры и эстафеты с мячом.  | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр владение мячом  | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: играть в игры | Нравственно-этическая ориентация - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 70\7 |   |  | Подвижные игры на основебаскетболаПодвижные игры на основебаскетбола Развитие координационных способностей | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Ловля мяча на месте; бросок мяча снизу на месте; передача мяча снизу на месте; бросок мяча в цель; ведение мяча на месте; Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; Подвижные. игры и эстафеты с мячом.   | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр владение  мячом    | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: играть в игры | Нравственно-этическая ориентация - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 71\8 |   |  |
| 72\9 |   |  |
|  **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА ОСНОВЕ «ФУТБОЛА» (6ч)** |
| 73\1 |   |  | Подвижные игры на основефутбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Удар внутренней стороной стопы («щечкой») по не подвижному мячу с места, с 1-2 шагов; по мячу, катящемуся на встречу; удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры.  | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр владение мячом  | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: играть в игры | Нравственно-этическая ориентация - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 74\2 |   |  | Подвижные игры на основефутбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру; подвижные игры,   | правила ТБ. Знать: правила подвижных игр владение  мячом    | Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: играть в игры. | Нравственно-этическая ориентация - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 75\3 |   |  |
| 76\4 |   |  |
| 77\5 |   |  |
| 78\6 |   |  |
|  **4 четверть Раздел: Кроссовая подготовка (10ч.)** | **(10ч)** |
| 79\1 |    |  | Развитие скоростно- силовых способностейБег по пересеченной местности. | Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые. Прыжки на скакалке. Челночный бег 3х10м; 4х9м;.Эстафеты.Игры. | правила ТБ.  | **Регулятивные:** формулировать и удерживать задачу.**Познавательные:** контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.**Коммуникат.:** устанавливать и соблюдать очерёдность действий, сравнивать полученные результаты | Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; |
| 80\2 |   |  | Бег по пересеченной местности. Развитие выносливости. Эстафеты.  | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Равномерный бег *(4 мин).* Челночный бег 3\*10м Преодоление препятствий. Челночный бег 3х10м; 4х9м; Чередование бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).*  Игры... | правила ТБ. | **Регулятивные:** формулировать и удерживать задачу.**Познавательные:** контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. **Коммуникат.:** устанавливать и соблюдать очерёдность действий, сравнивать полученные результаты | Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; |
| 81\3 |   |  |
| 82\4 |   |  |
| 83\5 |   |  | Бег по пересеченной местности. Развитие выносливости. Эстафеты. | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, упражнения для метаний. Преодоление препятствий. Челночный бег 3\*10м Бег *(5 мин).* Чередование бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).*  Игры. | правила ТБ. | **Регулятивные:** формулировать и удерживать задачу.**Познавательные:** контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.**Коммуникат.:** устанавливать и соблюдать очерёдность действий, сравнивать полученные результаты | Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; |
| 84\6 |   |  |
| 85/7 |   |  | Бег по пересеченной местности. Развитие выносливости |  Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, упражнения для метаний. Бег 1000м без учета времени;   | правила ТБ. | **Регулятивные:** формулировать и удерживать задачу.**Познавательные:** контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.**Коммуникат.:** устанавливать и соблюдать очерёдность действий, сравнивать полученные результаты | Установка на здоровый образ жизни |
| 86/8 |   |  |
| 87/9 |   |  |
| 88\10 |   |  |
|  **Раздел: «Легкая атлетика» ( 8ч.)** |
| 89\1 |   |  | Разновидностиходьбы и бега | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, упражнения для метаний. Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением *(30 м).*  | правила ТБ. Правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге;  | **Регулятивные:**; саморегуляция– концентрация воли для преодоления затруднений и физических препятствий; **Познавательные:** выделение необходимой информации**Коммуникативные:** инициативное сотрудничество | Установка на здоровый образ жизни |
| 90\2 |   |  |
| 91\3 |   |  |
| 92\4 |   |  | Разновидностиходьбы и бега ипрыжков. | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Спец. беговые, прыжковые упражнения, упражнения для метаний. Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места.. Эстафеты. Развитие скоростных и координационных способностей | правила ТБ. Правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге.  | **Регулятивные:**; саморегуляция– концентрация воли для преодоления затруднений и физических препятствий; **Познавательные:** выделение необходимой информации **Коммуникативные:** инициативное сотрудничество | Установка на здоровый образ жизни |
| 93\5 |   |  |
| 94\6 |   |  |
| 95/7 |   |  | РазновидностипрыжковМетаниемалого мяча | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Спец. беговые, прыжковые упражнения, упражнения для метаний. Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов. Игра Эстафеты.   | Правила ТБ. Правильно выполнять основные движения в прыжках;   | **Регулятивные:**; концентрация воли для преодоления затруднений и физических препятствий; **Познавательные:** выделение необходимой информации**Коммуникативные:** инициативное сотрудничество. | Установка на здоровый образ жизни |
| 96\8 |   |  |
| 97\9 |  |  | РазновидностипрыжковМетаниемалого мяча | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Спец. беговые, прыжковые упражнения, упражнения для метаний. Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов. Игра Эстафеты.   | Правила ТБ. Правильно выполнять основные движения в прыжках;   | **Регулятивные:**; концентрация воли для преодоления затруднений и физических препятствий; **Познавательные:** выделение необходимой информации**Коммуникативные:** инициативное сотрудничество. | Установка на здоровый образ жизни |
| 98\10 |  |  |
| 99\11 |  |  | РазновидностипрыжковМетаниемалого мяча | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Спец. беговые, прыжковые упражнения, упражнения для метаний. Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов. Игра Эстафеты.   | Правила ТБ. Правильно выполнять основные движения в прыжках;   | **Регулятивные:**; концентрация воли для преодоления затруднений и физических препятствий; **Познавательные:** выделение необходимой информации**Коммуникативные:** инициативное сотрудничество. | Установка на здоровый образ жизни |