Календарно-тематическое планирование на 2018-2019 учебный год

по Физической культуре

Классы: 1 "Д"

Учитель: Медведева В.В.

Количество часов: 99; в неделю 3 часа

Планирование составлено на основе авторской образовательной программы «Физическая культура» Петровой Т.В., Копылова Ю.А., Полянской Н.В., Петрова С.С. начального общего образования на основе УМК «Начальная школа XXI века»

Учебник "Физическая культура 1-2 классы"/ Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров.-М.: Вентана-Граф, 2014.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока  Тип урока | Планируемые результаты | Деятельность учащихся | Вид контроля | | ЦОРы | Даты | |
| план | факт |
|  | Раздел 1. **Знания о физической культуре - 1ч**  Количество трансформированных уроков (1) из них:  -интегрированных (0)  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (1) | | | | | | | |
| 1 | Понятия о физической культуре.  Изучение нового материала. | Предметные: объяснять значение понятия «физическая культура»; формирование первоначальных представлений о значе­нии физической культуры для укрепления здоровья чело­века (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека, о физиче­ской культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации  Личностные: принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.  Метапредметные: овладение начальными сведениями о сущности и особен­ностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного пред­мета | Объяснять значение понятия «физическая культура»; определять и кратко характеризовать значение занятий физическими упражнениями для человека | Входной | | Сайт Инфоурок. Презентация на тему " Понятия о физической культуре." | 03.09 |  |
|  | Раздел 5.2. **Лёгкая атлетика (13 ч)**  Количество трансформированных уроков (7) из них:  -интегрированных (5)  -вне школьных стен (1)  -в цифровой среде (1) | | | | | |  |  |
| 2 | Техника безопасности на уроках физической культуры. Ходьба. Бег.  Изучение нового материала. | Предметные: выполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопе­реживания чувствам других людей.  проявление интереса к новому содержанию занятий, проявление учебных мотивов  Метапредметные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставлен­ной задачей и условиями её реализации; определять наибо­лее эффективные способы достижения результата | Инструктаж по т/б. Ходьба под счет. Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с различным положением рук. Обычный бег. Подвижная игра «Два мороза»; бегать с максимальной скоростью на дистанцию до 10 | Текущий | | Сайт ФизкльтУра Презентация на тему "Роль бега в поддержании и укреплении здоровья школьника» | 05.09 |  |
| 3 | Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, под счет.  Изучение нового материала | Предметные: Выполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Личностные: проявлять дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта | Соблюдать правила техники безопасности на уроках лёгкой атлетики «Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с различным положением рук под счет коротким, средним и длинным шагом». Игра «Быстро по своим местам». | Текущий | |  | 07.09 |  |
| 4 | Ходьба, бег с ускорением. Игра «Кошки - мышки».  Комбинированный | Предметные: Выполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные: проявлять дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Сочетание различных видов ходьбы. Ходьба с высоким подниманием бедра. Обычный бег, бег с изменением направления движения. Бег в чередовании с ходьбой. Бег с ускорением. **Подготовка комплекса ГТО** Игра «Кошки - мышки». Развитие скоростных качеств. | Текущий | | Сайт Инфоурок. Презентация на тему "Функциональные системы организма" Выполнение ортостатической пробы через QR-код | 10.09 |  |
| 5 | Ходьба, бег в чередовании с ходьбой.  Совершенствование | Предметные**:** Выполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные: проявлять дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Сочетание различных видов ходьбы. Ходьба с высоким подниманием бедра Обычный бег, Бег в чередовании с ходьбой. Бег с ускорением. Игра «Кошки - мышки». Развитие скоростных качеств. | Текущий | |  | 12.09 |  |
| 6 | Сочетание различных видов ходьбы и бега.  Совершенствование | Предметные выполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопе­реживания чувствам других людей.  проявление интереса к новому содержанию занятий, проявление учебных мотивов  Метапредметные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставлен­ной задачей и условиями её реализации; определять наибо­лее эффективные способы достижения результата | Сочетание различных видов ходьбы «Бег в чередовании с ходьбой. Бег с ускорением. **Подготовка комплекса ГТО** Игра «Два мороза» . ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств | Текущий | |  | 14.09 |  |
| 7 | Равномерный бег. Игра «С кочки на кочку».  Изучение нового материала | Предметные**:** Выполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные: проявлять дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | Равномерный бег (3 минуты). Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Игра «С кочки на кочку». ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. | Текущий | | Выполнение комплекса ОРУ с использованием QR-кода | 17.09 |  |
| 8 | Бег в колонне по одному.  Комбинированный | Предметные**:** Выполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные: проявлять дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | Бег в колонне по одному, соблюдая интервал в движении ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Текущий | |  | 19.09 |  |
| 9 | Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед.  Комбинированный | Предметные**:** демонстрировать технику прыжковых упражнений  Метапредметныепланировать собственную *деятельность* во время урока  Личностные:проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра «С кочки на кочку». Развитие скоростно-силовых качеств | Текущий | |  | 21.09 |  |
| 10 | Прыжок в длину с места Подвижная игра «С кочки на кочку.  Комбинированный. | Предметные: демонстрировать технику прыжковых упражнений  Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопе­реживания чувствам других людей.  проявление интереса к новому содержанию занятий, проявление учебных мотивов  Метапредметные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставлен­ной задачей и условиями её реализации; определять наибо­лее эффективные способы достижения результата | Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места.  **Подготовка комплекса ГТО** ОРУ. Подвижная игра «С кочки на кочку». Развитие скоростно-силовых качеств | Текущий | |  | 24.09 |  |
| 11 | Прыжок в длину с места. Игра «Прыгающие воробушки».  Комбинированный | Предметные**:** выполнять технику прыжков, играть в подвижную игру  Метапредметные**:** Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностны**е:** активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед . Прыжок в длину с места. **Подготовка комплекса ГТО.** Игра «Прыгающие воробушки». | Стартовый контроль: прыжок в длину с места. | |  | 26.09 |  |
| 12 | Упражнения с мячом: подбрасывания и ловля.  Изучение нового материала | Предметные**:** выполнять технику метания, играть в подвижную игру  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные**:** проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Упражнения с мячом подбрасывания, броски из разных положений и ловля мяча. Подвижная игра «Прыгающие воробушки». | Текущий | |  | 28.09 |  |
| 13 | Упражнения с мячом: броски из разных положений и ловля.  Комбинированный | Предметные**:** выполнять технику метания, играть в подвижную игру  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные**:** проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Упражнения с мячом подбрасывания, броски из разных положений и ловля мяча, метаниями малого мяча. Подвижная игра «Прыгающие воробушки». | Текущий | |  | 01.10 |  |
| 14 | Метание малого мяча Подвижная игра «Воробьи и вороны». | Предметные**:** выполнять технику метания, играть в подвижную игру  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Упражнения с мячом подбрасывания, броски из разных положений и ловля, метание малого мяча.  **Подготовка комплекса ГТО** Подвижная игра «Воробьи и вороны». | Текущий | |  | 03.10 |  |
|  | Раздел 5.4. **Подвижные игры – 10 ч**  Количество трансформированных уроков (6) из них:  -интегрированных (6)  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (0) | | | | | |  |  |
| 15 | Правила проведения подвижных игр. Игра «К своим флажкам»  Вводный | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные : проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | Правила проведения подвижных игр. Игры на закрепление и совершенствование навыков бега (разучивание игры «К своим флажкам»). | Текущий | |  | 05.10 |  |
| 16 | Игры на закрепление и совершенствование развития навыков бега  Комбинированный | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные : проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | Правила проведения подвижных игр . Игры на закрепление и совершенствование навыков бега (разучивание игры «К своим флажкам»). | Текущий | |  | 08.10 |  |
| 17 | Игра «Класс, смирно!». Эстафеты  Комбинированный | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные : проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | ОРУ. Игры «Класс, смирно!». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Текущий | |  | 10.10 |  |
| 18 | Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»  Комбинированный. | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные : проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Текущий | |  | 12.10 |  |
| 19 | Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты  Комбинированный. | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные: проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Текущий | |  | 15.10 |  |
| 20 | Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку».  Комбинированный. | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные : проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | ОРУ. Игры «Удочка», «С кочки на кочку». Развитие скоростно-силовых способностей. | Текущий | |  | 17.10 |  |
| 21 | Игры «Удочка», «С кочки на кочку». Развитие скоростно-силовых способностей  Комбинированный. | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные: проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | ОРУ. Игры «Удочка», «С кочки на кочку». Развитие скоростно-силовых способностей. | Текущий | |  | 19.10 |  |
| 22 | Упражнения и игры на внимание «Летает, не летает».  Изучение нового материала | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные: проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | Упражнения на внимание« Летает не летает». Подвижная игра «Гонка мячей по шеренгам» | Текущий | |  | 22.10 |  |
| 23 | Упражнения и игры на внимание Подвижная игра «Гонка мячей по шеренгам»  Комбинированный. | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные: проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | Упражнения на внимание «Летает, не летает». Подвижная игра «Гонка мячей по шеренгам» | Текущий | |  | 24.10 |  |
| 24 | Игра на внимание "Слушай сигнал". Подвижные игры "Фигуры", "Совушка"  Комбинированный | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные: проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики. Игра на внимание "Слушай сигнал". Подвижные игры "Фигуры", "Совушка"" | Текущий | |  | 26.10 |  |
|  | Раздел 1. **Знания о физической культуре - 1ч**  Количество трансформированных уроков (1) из них:  -интегрированных ()  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (1) | | | | | |  |  |
| 25 | Зарождение и развитие физической культуры.**История комплекса ГТО**  Изучение нового материала | Предметные: Пересказывать тексты о развитии физической культуры в древнем мире искать материал по истории комплекса ГТО  Метапредметные: активное использование речевых средств и средств ин­формационных и коммуникационных технологий для реше­ния коммуникативных и познавательных задач  Личностные**:** формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духов­ным ценностям. | Физическая культура древних народов на примере народов Крайнего Севера (обрядовые танцы, игры), Древнего Египта, Древней Греции, Древнего Рима  История комплекса ГТО | Текущий | | Сайт: Видеоуроки в интернет  «Зарождение и развитие физической культуры.» ***«*История комплекса ГТО»** | 05.11 |  |
|  | Раздел 2. **Организация здорового образа жизни - 1ч**  Количество трансформированных уроков (1) из них:  -интегрированных ()  -вне школьных стен ()  -в цифровой среде (1) | | | | | |  |  |
| 26 | Правильный режим дня  Изучение нового материала | Предметные**:** овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные**:** активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Понимать значение понятия «режим дня»; называть элементы режима дня;; соблюдать правильный режим дня | Текущий | | Сайт: Видеоуроки в интернет-  просмотр видеоролика «Здоровый образ жизни» | 07.11 |  |
|  | Раздел 5.1. **Гимнастика -23 ч**  Количество трансформированных уроков (11) из них:  -интегрированных (10)  -вне школьных стен (1)  -в цифровой среде (0) | | | | | |  |  |
| 27 | Правила техники безопасности на уроках гимнастики Строевые команды.  Изучение нового материала | Предметные**:** Различать и выполнять строевые команды. Выполнять ОРУ на развитие гибкости  Метапредметные**:** осваивать технику, предупреждая появление ошибок.  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Правила по технике безопасности на уроках гимнастики Строевые команды. Построения и перестроения. Игра «Класс, смирно!». Правила по технике безопасности на уроках гимнастики с элементами акробатики. Игра «Змейка | | Текущий |  | 09.11 |  |
| 28 | Строевые приёмы и упражнения Подвижная игра" Два Мороза"  Изучение нового материала | Предметные**:** Различать и выполнять строевые команды и упражнения. Выполнять ОРУ на развитие гибкости  Метапредметные**:** осваивать технику, предупреждая появление ошибок.  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Строевые приёмы и упражнения. Комплексы упражнений для развития гибкости .Подвижная игра" Два Мороза" | | Текущий |  | 12.11 |  |
| 29 | Строевые действия в шеренге.  Комбинированный | Предметные**:** Различать и выполнять строевые команды и упражнения. Выполнять ОРУ на развитие гибкости  Метапредметные**:** осваивать технику, предупреждая появление ошибок.  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. ОРУс обручами. Игра «Змейка». Развитие координационных способностей | | Текущий |  | 14.11 |  |
| 30 | Строевые действия в колонне  Комбинированный | Предметные**:** Различать и выполнять строевые команды и упражнения. Выполнять ОРУ на развитие гибкости  Метапредметные**:** осваивать технику, предупреждая появление ошибок.  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. ОРУс обручами. Игра «Змейка». Развитие координационных способностей | | Текущий |  | 16.11 |  |
| 31 | Комплекс упражнений для развития гибкости  Комбинированный | Предметные**:** Различать и выполнять строевые команды и упражнения. Выполнять ОРУ на развитие гибкости  Метапредметные**:** осваивать технику, предупреждая появление ошибок.  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Строевые приёмы и упражнения. Комплексы упражнений для развития гибкости. Подвижная игра «У медведя во бору» | | Текущий |  | 19.11 |  |
| 32 | Строевые приёмы и упражнения. Комплексы упражнений для развития гибкости  Комбинированный | Предметные**:** Различать и выполнять строевые команды и упражнения. Выполнять ОРУ на развитие гибкости  Метапредметные**:** осваивать технику, предупреждая появление ошибок.  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Строевые приёмы и упражнения. Комплексы упражнений для развития гибкости. Подвижная игра «У медведя во бору» | | Текущий |  | 21.11 |  |
| 33 | Лазание по гимнастической стенке  Изучение нового материала | Предметные**:** Освоить технику лазания по гимнастической скамейке различными способами, выполнять строевые упражнения, анализировать технику лазания своих сверстников  Метапредметные**:** осваивать технику, предупреждая появление ошибок.  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Строевые приёмы и упражнения. ОРУ. Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях . «Конники-спортсмены». | | Текущий |  | 23.11 |  |
| 34 | Лазание по гимнастической стенке разными способами.  Комбинированный | Предметные**:** Освоить технику лазания по гимнастической скамейке различными способами, выполнять строевые упражнения, анализировать технику лазания своих сверстников  Метапредметные**:** осваивать технику, предупреждая появление ошибок.  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Строевые приёмы и упражнения. ОРУ. Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях . «Конники-спортсмены». | | Текущий |  | 26.11 |  |
| 35 | Перелезание через горку матов.  Изучение нового материала | Предметные**:** Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные**:** проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелазание через горку матов. Перелезание через коня. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых спо­собностей | | Текущий |  | 28.11 |  |
| 36 | Перелезания через гимнастические скамейки  Изучение нового материала | Предметные**:** Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные**:** проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | Перелезания через гимнастические скамейки .Подвижные игры «Отгадай, чей голос», «Не урони мешочек». | | Текущий |  | 30.11 |  |
| 37 | Перелезание через гимнастические скамейки. Игры «Посадка картофеля», « Пингвины»  Комбинированный | Предметные**:** Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные**:** проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | Перелезание через гимнастические скамейки. Подвижная игра «Посадка картофеля», "Пингвины | | Текущий |  | 03.12 |  |
| 38 | Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи.  Комбинированный | Предметные**:** Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные**:** проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | Повороты направо, налево. ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Развитие координационных спо­собностей | | Текущий |  | 05.12 |  |
| 39 | Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке  Комбинированный | Предметные**:** Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности  Метапредметные: Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленностиСоблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности  Личностные Проявлять внимание, ловкость, координацию | . Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке. ОРУ в движении. Игра «Светофор». Развитие силовых способностей | | Текущий |  | 07.12 |  |
| 40 | Лазание. передезание  Комбинированный | Предметные**:** Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности  Метапредметные: Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленностиСоблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений  Личностные Оказывать помощь и взаимовыручку при работе в парах, в командах | ОРУ в движении Лазание по канату. Перелезание через коня. Игра «Фигуры». Развитие силовых способностей | | Текущий |  | 10.12 |  |
| 41 | Подтягивание в висе на низкой перекладине. Изучение нового материала | Предметные**:** Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности  Метапредметные: Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности.Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности  Личностные Оказывать помощь и взаимовыручку при работе в командах. | Строевые приемы на месте и в движении. Построения и перестроения. ОРУ в парах. Подтягивание в висе на низкой перекладине... Игра «Обезьянки | | Текущий |  | 12.12 |  |
| 42 | Вис согнув ноги, вис углом  Подтягивание в висе на высокой и низкой перекладине  Комбинированный | Предметные**:** Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности  Метапредметные: Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленностиСоблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности  Личностные Оказывать помощь и взаимовыручку при работе в парах, командах | Строевые приемы на месте и в движении. Построения и перестроения. ОРУ в парах. Вис согнув ноги, вис углом Подтягивание в висе на высокой и низкой. **Подготовка комплекса ГТО** перекладине. Игра «Обезьянки» | | Стартовый контроль: подтягивание в висе на высокой и низкой перекладине |  | 14.12 |  |
| 43 | Группировка. Перекаты в группировке  Изучение нового материала | Предметные**:** Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций Метапредметные: Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений  Личностные Оказывать помощь и взаимовыручку при работе в парах, командах. | .Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. из упора стоя на коленях Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. На­звание основных гимнастических снарядов | | Текущий |  | 17.12 |  |
| 44 | Упражнения в группировке  Комбинированный | Предметные**:** Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций Метапредметные: Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений  Личностные Оказывать помощь и взаимовыручку при работе в парах, командах. | Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. из упора стоя на коленях Упор присев - упор лежа - упор присев. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. На­звание основных гимнастических снарядов | | Текущий |  | 19.12 |  |
| 45 | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания  Комбинированный | Предметные**:** Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные**:** проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). | «Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания». Подвижная игра «Посадка картофеля». | | Текущий |  | 21.12 |  |
| 46 | Упражнения для профилактики нарушения осанки Подвижная игра «Петрушка на скамейке».  Комбинированный | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметны**е** планировать собственную *деятельность* во время урока  Личностные**:** активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Упражнения для профилактики нарушения осанки. Развитие координационных способностей. скамейке. Подвижная игра «Петрушка на скамейке». | | Текущий |  | 24.12 |  |
| 47 | Упражнения для профилактики нарушения осанки. Подвижная игра «Не урони мешочек».  Комбинированный | Предметные**:** выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Метапредметны**е** планировать собственную *деятельность* во время урока  Личностные**:** активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Упражнения для профилактики нарушения осанки. Подвижная игра «Петрушка на скамейке», «Не урони мешочек». | | Текущий |  | 26.12 |  |
| 48 | Строевые приёмы и упражнения. Эстафета «Веселые старты».  Комбинированный | Предметные**:** Различать и выполнять строевые команды и упражнения, выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Выполнять ОРУ на развитие гибкости  Метапредметные**:** осваивать технику, предупреждая появление ошибок.  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Строевые приёмы и упражнения. ОРУ на развитие гибкости Эстафета «Веселые старты». Веревочка под ногами», «Эстафета с обручами». Подвижная игра «Догонялки на марше». | | Текущий |  | 28.12 |  |
| 49 | Строевые приёмы и упражнения Эстафеты « Веревочка под ногами». «Догонялки на марше»  Комбинированный | Предметные**:** Различать и выполнять строевые команды и упражнения, выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.  Выполнять ОРУ на развитие гибкости  Метапредметные**:** осваивать технику, предупреждая появление ошибок.  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Строевые приёмы и упражнения. ОРУ на развитие гибкости . Эстафета «Веселые старты». Веревочка под ногами», «Эстафета с обручами». Подвижная игра «Догонялки на марше». | | Текущий |  | 09.01 |  |
|  | Раздел 4. **Физкультурно-оздоровительная деятельность - 3 ч**  Количество трансформированных уроков (3) из них:  -интегрированных (1)  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (2) | | | | | | |  |
| 50 | Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики.  Комбинированный | Предметные**:** овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.  Метапредметные планировать собственную *деятельность*  Личностные**:** активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Комплексы физических упражнений для утренней гимнастики и физкультминуток | | Текущий | Сайт: videourok.net-  «Правила выполнения утренней гимнастики» | 11.01 |  |
| 51 | Физические упражнения для физкультминуток.  Комбинированный | Предметные**:** овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность  Метапредметные планировать собственную *деятельность*  Личностные**:** активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Комплексы физических упражнений для утренней гимнастики и физкультминуток | | Текущий | Сайт: videourok.net -  «Музыкальные физминутки» | 14.01 |  |
| 52 | Упражнения для профилактики нарушений зрения  Комбинированный | Предметные овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность  Метапредметные планировать собственную *деятельность*  Личностные**:** активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств. Упражнения для профилактики нарушений зрения Эстафета «Веселые старты». | | Текущий |  | 16.01 |  |
|  | Раздел 1. **Знания о физической культуре -1ч**  Количество трансформированных уроков (1) из них:  -интегрированных (0)  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (1) | | | | | | |  |
| 53 | Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью  Изучение нового материала | Предметные: формирование первоначальных представлений о значе­нии физической культуры для укрепления здоровья чело­века; о физиче­ской культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;  Метапредметные**:** овладение начальными сведениями о сущности и особен­ностях объектов, процессов и явлений действительности  Личностные**:** формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духов­ным ценностям. | Понимать значение физической подготовки в древних обществах; называть физические качества, необходимые охотнику ;понимать важность физического воспитания в детском возрасте; раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. | | Текущий | Сайт «Я иду на урок физкультуры»- презентация « Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью» | 18.01 |  |
|  | Раздел 2. **Организация здорового образа жизни- 1ч**  Количество трансформированных уроков (1) из них:  -интегрированных (0)  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (1) | | | | | | |  |
| 54 | Здоровое питание. Полезные продукты  Изучение нового материала | Предметные**:** овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность  Метапредметные**:** готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий  Личностные**:** формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духов­ным ценностям. | Понимать понятия «правильное питание», «режим питания»; соблюдать режим питания; различать более полезные и менее полезные для здоровья человека продукты питания | | Текущий | Сайт: videourok.net-  «Здоровое питание» | 21.01 |  |
|  | Раздел 5.3 **Лыжная подготовка -19 ч.**  Количество трансформированных уроков (4) из них:  -интегрированных (3)  -вне школьных стен (1)  -в цифровой среде (0) | | | | | |  |  |
| 55 | Правила техники безопасности на занятиях лыжной подготовки. Построение в шеренгу с лыжами в руках.  Изучение нового материала | Предметные**:** Подбор одежды для занятий лыжной подготовкой; подбор лыжного инвентаря. понимать и называть правила техники безопасности при лыжной подготовке.  Метапредметные: правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Правила по т/б на уроках лыжной подготовки.  Построение в шеренгу с лыжами в руках  Передвижение ступающим шагом: упражнения - Передвижение за учителем в колонне по 1 по лыжне. Повороты на месте переступанием. | | Текущий |  | 23.01 |  |
| 56 | Передвижение ступающим шагом.  Изучение нового материала | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные: правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Передвижение ступающим шагом. Разучивание техники скользящего шага. Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Игра «Кто быстрее» | | Текущий |  | 25.01 |  |
| 57 | Повороты переступанием на месте  Комбинированный | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные: правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Передвижение ступающим шагом.. Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Игра «Кто быстрее» | | Текущий |  | 28.01 |  |
| 58 | Техника скользящего шага  Изучение нового материала | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные: правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Передвижение ступающим шагом. Разучивание техники скользящего шага. Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Игра «Кто быстрее» | | Текущий |  | 30.01 |  |
| 59 | Передвижение по кругу скользящим шагом, повороты переступанием на месте  Комбинированный | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные: правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Передвижение скользящим и ступающим шагом ; Игра «Салки на марше». | | Текущий |  | 01.02 |  |
| 60 | Оценка техники поворотов на месте; закрепление скользящего шага. | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные : находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные**:** проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Повороты на месте вокруг пяток и носков лыж; передвижение скользящим шагом по извилистой лыжне; игра «Лошадки» | | Текущий |  | 04.02 |  |
| 61 | Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом  Комбинированный | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные: правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. Игра «На буксире». | | Текущий |  | 06.02 |  |
| 62 | Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок.  Комбинированный | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные: ориентироваться на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата  Личностны**е:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Ступающий шаг. Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок. Игра – эстафета «Кто быстрее» без палок. Поворот переступанием вокруг пяток лыж | | Текущий |  | 08.02 |  |
| 63 | Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг без палок.  Комбинированный | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные: ориентироваться на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата  Личностны**е:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг без палок. Игра «Чей веер лучше», Игра «Кто быстрее». | | Текущий |  | 11.02 |  |
| 64 | Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг без палок.  Комбинированный. | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  **Л**ичностные**:** проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг без палок. Игра «Чей веер лучше», Игра «Кто быстрее». | | Текущий |  | 13.02 |  |
| 65 | Разучивание техники скользящего шага с палками | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные : находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные**:** проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Обучение надеванию палок на руку; передвижение скользящим шагом с палками по извилистой лыжне и на расстояние до 1км., игра «Широким шагом» | | Текущий |  | 15.02 |  |
| 66 | Прохождение скользящим шагом с палками до 500 м  Комбинированный | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  **Л**ичностные**:** проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Прохождение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Игра «Кто быстрее?» | | Текущий |  | 25.02 |  |
| 67 | Скользящий шаг с палками  Комбинированный | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные : находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные**:** проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Передвижение скользящим шагом; игры «Самокат», «Лабиринт» | | Текущий |  | 27.02 |  |
| 68 | Скользящий шаг с палками  Комбинированный | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные : находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные**:** проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Передвижение скользящим шагом до медленным темпом 1 км., игра «Снайперы | | Текущий |  | 01.03 |  |
| 69 | Прохождение дистанции до 500 м. Игра «Чей веер лучше»  Комбинированный | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные : находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные**:** проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Прохождение дистанции до 500 м скользящим шагом в умеренном темпе. Игра «Чей веер лучше» | | Текущий |  | 04.03 |  |
| 70 | Совершенствование скользящего шага. Эстафеты.  Совершенствование. | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные : находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные**:** проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Передвижение скользящим шагом до 1 км., эстафеты. игра «Снайперы | | Текущий |  | 06.03 |  |
| 71 | Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом  Комбинированный | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные : находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные**:** проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом в умеренном темпе. Игра «Кто быстрее?» | | Текущий |  | 11.03 |  |
| 72 | Передвижение скользящим шагом дистанции 1 км на время  Совершенствование. | Предметные**:** Демонстрировать технику передвижения на лыжах  Метапредметные : находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные**:** проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Передвижение скользящим шагом дистанции 1 км на время. **Подготовка комплекса ГТО** Игра «Чей веер лучше» | | Итоговый |  | 13.03 |  |
| 73 | Игровые упражнения и игры на свежем воздухе.  Совершенствование. | Предметные**:** осваивать универсальные умения в проведении подвижных игр на улице.  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  **Л**ичностные**:** проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Равномерное передвижение изученными ходами до 1км. встречная эстафета. игра «Быстрый лыжник» | | Текущий |  | 15.03 |  |
|  | Раздел 3. **Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью (развитие двигательных качеств) - 2ч**  Количество трансформированных уроков (2) из них:  -интегрированных (2)  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (0) | | | | | |  |  |
| 74 | Простейшие навыки контроля самочувствия  Изучение нового материала | **Предметные:** Определять внешние признаки собственного недомогания  **Метапредметные:** планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения **Личностные:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Простейшие навыки контроля самочувствия. Развитие общей выносливости. Бег до 3 мин. Подвижная игра "Салки" | | Текущий |  | 18.03 |  |
| 75 | Измерение сердечного пульса (ЧСС) Игра «Третий лишний  Изучение нового материала | **Предметные:** Определять внешние признаки собственного недомогания  **Метапредметные:** планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения **Личностные:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Измерение сердечного пульса (ЧСС)  Оценка правильной осанки. Развитие скоростных качеств. Игра «Третий лишний». | | Текущий |  | 20.03 |  |
|  | Раздел 3. **Подвижные игры – 9 ч.**  Количество трансформированных уроков (2) из них:  -интегрированных (2)  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (0) | | | | | | |  |
| 76 | Правила техники безопасности. Бросок мяча снизу на месте  Комбинированный | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные**:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. | ОРУ. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей | | Текущий |  | 22.03 |  |
| 77 | Ловля мяча на месте. Игра «Бросай и поймай».  Комбинированный | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные**:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры | ОРУ. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей. . | | Текущий |  | 01.04 |  |
| 78 | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте  Комбинированный | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные**:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры | ОРУ. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей. | | Текущий |  | 03.04 |  |
| 79 | Передача мяча снизу на месте. Игра «Мяч соседу».  Комбинированный | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные**:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры | ОРУ. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». | | Текущий |  | 05.04 |  |
| 80 | Подвижные игры с метанием мяча в цель. Эстафеты.  Комбинированный | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметны**е** планировать собственную *деятельность* во время урока  Личностные**:** активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания ,регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими | ОРУ. Метание малого мяча в цель *(2 х 2)* с 3-4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты | | Текущий |  | 08.04 |  |
| 81 | Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты  Комбинированный | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметные**:** Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные**:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | ОРУ. Метание малого мяча в цель *(2 х 2)* с 3-4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты. | | Текущий |  | 10.04 |  |
| 82 | Упражнения на внимание. Подвижная игра "Земля, вода, воздух»  Комбинированный | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметные**:** Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах | Метание мяча в вертикальную цель «Упражнения на внимание». Подвижная игра "Земля, вода, воздух" | | Текущий |  | 12.04 |  |
| 83 | Игры «Кто дальше бросит», «Метко в цель»  Совершенствование | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные**:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Игры на закрепление и совершенствование метаний на точность (игра «Кто дальше бросит», «Метко в цель»). **Подготовка комплекса ГТО** | | Текущий |  | 15.04 |  |
| 84 | Эстафеты с мячами    Комбинированный | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные**:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационных способностей | | Текущий |  | 17.04 |  |
|  | Раздел 1.  **Знания о физической культуре - 1ч**  Количество трансформированных уроков (1) из них:  -интегрированных (0)  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (1) | | | | | |  |  |
| 85 | Внешнее строение тела человека.  Изучение нового материала | Предметные**:** формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических на­грузок, показателями физического развития  Метаиредметные**:** планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализацииЛичностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Называть части тела человека | | Текущий | Сайт «Сеть творческих учителей» Презентация «Внешнее строение тела человека» | 19.04 |  |
|  | Раздел 2.  **Организация здорового образа жизни -1ч**  Количество трансформированных уроков (1) из них:  -интегрированных (1)  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (0) | | | | | |  |  |
| 86 | Правила личной гигиены  Комбинированный | Предметные**:** овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность  Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности  Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Гигиенические процедуры как часть режима дня; правила выполнения закаливающих процедур | | Текущий |  | 22.04 |  |
|  | Раздел 5.4  **Подвижные игры – 3 ч**  Количество трансформированных уроков (1) из них:  -интегрированных (1)  -вне школьных стен (0)  -в цифровой среде (0) | | | | | |  |  |
| 87 | Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч».  Комбинированный | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметны**е** планировать собственную *деятельность* во время урока  Личностные: проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность | ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационных способностей | | Текущий |  | 24.04 |  |
| 88 | Игровые упражнения на ловкость и координацию. Подвижная игра «Удочка».  Комбинированный | Предметные**:** Играть в подвижные игры по правилам  Метапредметны**е** планировать собственную *деятельность* во время урока  Личностные: проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность | Упражнения на ловкость и координацию». Подвижная игра «Удочка». | | Текущий |  | 26.04 |  |
| 89 | Игры на развитие скоростных способностей Подвижные игры «К своим флажкам»," «Салки» | Предметные:уметьиграть в подвижные игры, знать правила игр  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные**:** оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Игры на закрепление и совершенствование навыков бега Подвижная игра «К своим флажкам»," Салки" | | Текущий |  | 29.04 |  |
|  | Раздел 5.2  **Легкая атлетика - 10 ч.**  Количество трансформированных уроков (5) из них:  -интегрированных (4)  -вне школьных стен (1)  -в цифровой среде (0) | | | | | |  |  |
| 90 | Ходьба. Бег с изменением направления | Предметные: Выполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру.  Метапредметные: планировать собственную *деятельность* во время урока.  Личностны**е**: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Челночный бег. Подвижная игра «Кот и мыши " | | Текущий |  | 06.05 |  |
| 91 | Челночный бег.-3х10 м. Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты | Предметные: Выполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Метапредметные**:** Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | ОРУ. Челночный бег.-3х10 м. Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей | | Текущий |  | 08.05 |  |
| 92 | Бег с ускорением Игра "Вызов номеров" | Предметные в ыполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Метапредметные:формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставлен­ной задачей и условиями её реализации; определять наибо­лее эффективные способы достижения результата  Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопе­реживания чувствам других людей.  проявление интереса к новому содержанию занятий, проявление учебных мотивов | ОРУ. Бег с ускорением. Развитие скоростных способностей. Игра "Вызов номеров" | | Текущий |  | 13.05 |  |
| 93 | Бег с максимальной скоростью 30 м | Предметные в ыполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Метапредметные:формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставлен­ной задачей и условиями её реализации; определять наибо­лее эффективные способы достижения результата  Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопе­реживания чувствам других людей.  проявление интереса к новому содержанию занятий, проявление учебных мотивов | ОРУ. Бег с максимальной скоростью (до 30 м). **Подготовка комплекса ГТО** Игра "Вызов номеров "Развитие скоростных способностей. | | Итоговый |  | 15.05 |  |
| 94 | Равномерный бег. Подвижная игра «Третий лишний» | Предметные в ыполнять технику ходьбы и бега. Играть в подвижную игру  Метапредметные:формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставлен­ной задачей и условиями её реализации; определять наибо­лее эффективные способы достижения результата  Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопе­реживания чувствам других людей.  проявление интереса к новому содержанию занятий, проявление учебных мотивов | Равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости | | Текущий |  | 17.05 |  |
| 95 | Прыжковые упражнения. Прыжки со скакалкой. | Предметные: демонстрировать технику прыжковых упражнений  Метапредметные: характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта  Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Прыжковые упражнения. Прыжки со скакалкой. Подвижная игра «Кот и мыши». | | Текущий |  | 20.05 |  |
| 96 | Прыжок в длину с места. Эстафеты «Веселые старты» | Предметные: демонстрировать технику прыжковых упражнений  Метапредметные:формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставлен­ной задачей и условиями её реализации; определять наибо­лее эффективные способы достижения результата  Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопе­реживания чувствам других людей.  проявление интереса к новому содержанию занятий, проявление учебных мотивов | Прыжок в длину с места. Эстафеты «Веселые старты» Развитие скоростно-силовых качеств. | | Текущий |  | 22.05 |  |
| 97 | Итоговая сдача нормативов  Совершенствование | Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических на­грузок, показателями физического развития, показателями развития основных двигатель­ных качеств.  Метапредметные: Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.  Личностные: осуществлять взаимный контроль в со­вместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;  развитие навыков сотрудничества со взрослыми и свер­стниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных си­туаций | Итоговая сдача контрольных нормативов | | Итоговый |  | 24.05 |  |
| 98 | Метание мяча на дальность | Предметные**:** Знать основные правила выполнения ходьбы, бега и метаний малого мяча  Метапредметные:Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Метание мяча на дальность . Подвижная игра "К своим флажкам". ОРУ. | | Текущий |  | 27.05 |  |
| 99 | Равномерный бег. Линейные эстафеты | Предметные**:** Знать основные правила выполнения ходьбы, бега и метаний малого мяча  Метапредметные:Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | ОРУ Равномерный бег 6 минут.  **Подготовка комплекса ГТО** Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Линейные эстафеты. Развитие выносливости. | | Текущий |  | 29.09 |  |