|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | Содержание(разделы, темы) | Количествочасов | Даты проведения | Материально-техническое оснащение | Универсальные учебные действия (УУД), проекты, ИКТ-компетенции, межпредметные понятия. |
| план | факт |
| ***2 кл*** | ***Лёгкая атлетика*** | **9** |  |  |  |
| **1.** | Правила ТБ на занятиях по лёгкой атлетике. ***Современные Олимпийские игры.*** Сочетание различных видов ходьбы. Ходьба под счет. |  1 | 03.09 |  | Презентация по теме. Спортивная площадка. | **Познавательные УУД** Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скорость. **Регулятивные УУД** Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении беговых упражнений**Коммуникативные УУД** Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений**Личностные УУД** Знать правила ТБ, понятие «короткая дистанция». |
| **2** | Обычный бег. Бег с уско­рением. Организация мест занятий физической культурой. | 11 | 04.09 |  | Эстафетные стойки, беговая дорожка |
| **3.** | Понятие «короткая дистанция». Бег с ускорением от 10 до 20 м. Разминка, подготовка инвентаря, выбор одежды и обуви. | 1 | 05.09 |  | Эстафетные стойки, беговая дорожка |
| **4** | Бег в заданном коридоре. Бег с высоким поднимани­ем бедра. Эстафета. | 1 | 10.09 |  | Эстафетные стойки, беговая дорожка |
| **5.** | Челночный бег3х10, эстафеты с бегом на скорость. |  1 | 11.09 |  | Эстафетные стойки, беговая дорожка |
| **6.** | .«Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным ком-плексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)» Бег 30 м  | 1 | 12.09 |  | Эстафетные стойки, беговая дорожка |
| **7.** | Прыжки на 1 и на 2 ногах на месте и с продвижением вперед. Подвижная игра «Два мороза». | *1* | 17.09 |  | Сектор для прыжков, рулетка | Познавательные УУД Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно при­земляться в яму на две ноги Осваивать технику прыжковых упражненийРегулятивные УУД Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении прыжковых упражненийВыявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений**Коммуникативные УУД**Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений**Личностные УУД**Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений***Соблюдать*** правила ТБ при выполнении прыжковых упражнений |
| **8.** | Прыжок в длину с места. Режим дня и личная гигиена. | 1 | 18.09 |  | Сектор для прыжков, рулетка |
| **9.** | Метание малого мяча из положения стоя гру­дью по направлению метания на дальность и заданное расстояние.«Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным ком-плексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)»  | *1* | 19.09 |  | Сектор для метания, флажки, малые мячи. | **Познавательные УУД** Уметь: правильно выполнять основныедвижения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений**Регулятивные УУД** Описывать технику бросков и метанийОсваивать технику бросков бросков и метаний **Коммуникативные УУД** Соблюдать правила ТБ при выполнении бросков и метаний |
| ***Подвижные игры на материале******лёгкой атлетики*** | **6** |  |  |  |  |
| **10.** |  Техника безопасности во время проведения подвижных игр. Игра: «К своим флажкам», Подвижные игры во время прогулок. | 1 | 24.09 |  | Спортивная площадка | **Познавательные УУД** Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниемОсваивать универсальные действия в самостоятельной организации и проведения подвижных игр**Регулятивные УУД**Излагать правила и условия проведения подвижных игрОсваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр**Коммуникативные УУД** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играхМоделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач**Личностные УУД** Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности |
| ***11.*** | Исторические сведения о развитии современных Олимпийских игр (летних и зимних). Игра: «Два мороза» | 1 | 25.09 |  | Спортивная площадка |
| ***12.*** | Роль Пьера де Кубертена в становлении Олимпийских игр. Игра: «Пятнашки». | 1 | 26.09 |  | Спортивная площадка, мел, эстафетные стойки |
| **13.**  | Названия и правила игр. Игра «Кто дальше бросит». | 1 | 01.10 |  | Спортивная площадка, мел, эстафетные стойки , мячи |
| **14** | ***Твой организм (основные части тела человека).***Игра: «Играй. играй, мяч не теряй». | *1* | 02.10 |  | Волейбольные мячи |
| **15** | ***Закаливание.*** Игра «Мяч в корзину». | *1* | 03.10 |  | Баскетбольные мячи |
| ***Кроссовая подготовка*** | **11** |  |  |  |  |
| **16.** | Правила ТБ на занятиях по кроссовой подготовке. Обычный бег в чередовании с ходьбой до 150м. | 1 | 08.10 | . | Спортивная площадка | **Познавательные УУД** Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать равномерным медленным бегом. Преодолевать простейшие препятствия. Описывать технику беговых упражнений**Регулятивные УУД** Выявлять характерные ошибки в технике беговых упражненийОсваивать технику бега различными способами**Коммуникативные УУД** Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений**Личностные УУД** Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении беговых упражнений |
| **17** | Равномерный медленный бег до 3-4 мин. Спортивная игра в «Мини-футбол». | 1 | 09.10 |  | Спортивная площадка, футбольные ворота, футбольные мячи |
| **18.** | Понятие «Бег на выносливость». Обычный бег с изменением направления движения. | 1 | 10.10 |  | Спортивная площадка |
| **19.** | Обычный бег с изменением направления движения. Игра в «Мини-футбол» | 1 | 15.10 |  | Спортивная площадка |
| **20** | Равномерный медленный бег до 3-4 мин. Ира в Мини-футбол» | 1 | 16.10 |  | Спортивная площадка, футбольные ворота, футбольные мячи |
| **21.** | Бег с преодолением препятствий. *Подвижная игра «Пятнашки»* | 1 | 17.10 |  | Спортивная площадка |
| **22** | Равномерный бег до 6 мин. ***Самоконтроль. Частота сердечных сокращений, способы ее измерения.*** | 1 | 22.10 |  | Спортивная площадка, |
| **23** | Равномерный бег до 6 мин. Игра «Салки-догонялки». | *1* | 23.10 |  | Спортивная площадка,  |
| **24** | Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.. Игра «Салки с выручкой» | *1* | 24.10 |  | Спортивная площадка,  |
| **25** | Бег с преодолением препятствий. Игра в «Мини-футбол».  | *1* | 29.10 |  | Спортивная площадка, футбольные мячи |
| **26** | «Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным ком-плексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)» бег 1000 м. | *1* | 30.10 |  | Спортивная площадка |
|  ***Баскетбол*** | **12** |  |  |  |  |
| **27** |  Техника безопасности на уроках баскетбола. Ловля, передача, броски и ведение мяча индивидуально. | 1 | 31.10 |  | Баскетбольные мячи, скакалки, набивные мячи | **Познавательные УУД** Уметь: владеть мячом (держать, пе­редавать на расстояние, ловля, веде­ние, броски) в процессе подвижных игрОписывать разучиваемые технические действия из спортивных игр**Регулятивные УУД**Осваивать технические действия из спортивных игрМоделировать технические действия в игровой деятельности**Коммуникативные УУД** Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр**Личностные УУД** Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности |
| **28** | Ловля, передача, броски и ведение мяча в парах, стоя на месте и в шаге. | 1 | 12.11 |  | Баскетбольные мячи, фишки |
| **29** | Ловля и передача мяча в движении. | 1 | 13.11 |  | Баскетбольные мячи |
| **30** | Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч по кругу». | 1 | 14.11 |  | Баскетбольные мячи |
| **31** | Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). | *1* | 19.11 |  | Баскетбольные мячи,обручи |
| **32** | Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Игра «Метко в цель». | *1* | 20.11 |  | Баскетбольные мячи, мишени |
| **33** | Ведение мяча (правой, левой рукой) по прямой шагом.  | 1 | 21.11 |  | Баскетбольные мячи, стойки |
| **34** | Ведение мяча (правой, левой рукой) по прямой бегом.  | 1 | 26.11 |  | Баскетбольные мячи |
| **35** | Закрепление держания, ловли, передачи, броска и ведения баскетбольного мяча. | 1 | 27.11 |  | Баскетбольные мячи, фишки, скакалки. |
| **36** | Ведение мяча на месте. Игра «Мяч в корзину». | 1 | 28.11 |  | Баскетбольные мячи |
| **37** | Бросок мяча снизу на месте в щит. Игра «Передача мячей в колоннах» | *1* | 03.12 |  | Баскетбольные мячи |
| **38** | Бросок мяча снизу на месте в щит. . Эстафета с баскетбольным мячом | *1* | 04.12 |  | Баскетбольные мячи |
| **Волейбол** | **12** |  |  |  |
| **39** | Техника безопасности на уроках волейбола. Бросок мяча вверх и его ловля после отскока от земли. | 1 | 05.12 |  | Волейбольные мячи, скакалки, гимнастические скамейки. | ***Личностные УУД*** Проявлять точность, ловкость во время эстафет.***Познавательные УУД*** Осваивать технику владения мячом.***Регулятивные УУД*** Соблюдать правила техники безопасности при проведении эстафет.***Коммуникативные УУД*** Взаимодействовать в группах при выполнении упражнений с мячом.  |
| **40** | Бросок мяча вверх и его ловля после отскока от земли. Игра «Замри». | 1 | 10.12 |  |
| **41** | Бросок мяча его ловля после отскока от стены. Игра «Замри». | 1 | 11.12 |  | Волейбольные мячи |
| **41** | Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища. | 1 | 12.12 |  | Волейбольные мячи |
| **43** | Овладение элементарными умениями в ловле волейбольного мяча. Игра «Школа мяча» | *1* | 17.12 |  | Волейбольные мячи | Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.Осваивать технические действия из спортивных игр.Моделировать технические действия в игровой деятельности.Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий изспортивных игр.Осваивать универсальныеумения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.Уметь технически верно выполнять элементы волейбола. Знать и понимать назначение того или иного действия.Уметь контролировать собственные действия.Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда; техническое выполнение двигательных действий; |
| **44** | Бросок мяча вверх и его ловля после хлопка в ладоши. Игра Мяч летун». | *1* | 18.12 |  | Волейбольные мячи |
| **45** | Бросок мяча вверх с поворотом на 360˚. Игра «Защита крепости». | *1* | 19.12 |  | Волейбольные мячи |
| **46** | Перебрасывание волейбольного мяча в парах.  | *1* | 24.12 |  | Волейбольные мячи |
| **47** | Перебрасывание волейбольного мяча в парах. Игра «Бегунок». | *1* | 25.12 |  | Волейбольные мячи |
| **48** | Подвижные игра «Волна», «Мяч капитану». | *1* | 26.12 |  | Волейбольные мячи |
| **49** | Подвижная игра «Перестрелка». | *1* | 14.01. 2020 |  | Волейбольные мячи |
| **50** | Эстафеты с волейбольными мячами, «Точно в цель». «Передал-садись», «Передача мяча в колоннах», «Смена сторон». | *1* | 15.01 |  | Волейбольные мячи |
| **Самбо** | **9** | 9 |  |  |
| **51** | Освоение группировки. Перекаты в группировке: вперёд-назад, влево-вправо, по кругу.ТБ. | 1 | 16.01 |  | Гимнастические маты, скамейки,фишки | Знать и соблюдать технику безопасности на занятиях Самбо.Знать и уметь правильно выполнять основные технические элементы группировки, приемы самостраховки в различных вариантах.Знать и уметь формулировать (называть) основные техники самостраховки.Обладать сосредоточенностью, терпением, выдержкой и вниманием.Знать и применять правила гигиены на занятиях.Уметь взаимодействовать с партнером, в команде.Уметь быстро координировать движения в соответствии с меняющейся ситуацией. |
| **52** | Группировка при перекате назад из седа, из упора присев, из полуприседа, из основной стойки.Приемы самостраховки: | *1* | 21.01 |  | Гимнастические маты,флажки,скакалки |
| **53** | Самбо как элемент национальной культуры и обеспечения безопасной жизнедеятельности человека. | *1* | 22.01 |  | Гимнастические маты |
| **54** | Самостраховка на спину перекатом из упора присев, самостраховка на спину перекатом из полуприседа. | *1* | 23.01 |  | Гимнастические маты |
| **55** | Упражнения для удержаний. Выседы попеременно в одну и в другую сторону прыжком.  | *1* | 28.01 |  | Гимнастические маты |
| **56** | Упражнения для выведения из равновесия. Спортивная одежда и обувь. | 1 | 29.01 |  | Гимнастические маты,стойки,мячи |
| **57** | Упражнения для подножек. Активные и пассивные защиты от переворачивания. | 1 | 30.01 |  | Гимнастические маты |
| **58** | Упражнения для подсечки. Учебные схватки на выполнение изученного удержания. | 1 | 04.02 |  | Гимнастические маты,ковер |
| **59** | Техника лёжа. Удержание сбоку: лежа, с захватом туловища. | 1 | 05.02 |  | Гимнастические маты,ковер |
|  | **Гимнастика с элементами акробатики.** | 18 | 18 |  |  |
| **60** | Техника безопасности на уроках гимнастики. Команды «Направо», «Налево», «Шагом марш!», «Класс, стой». Ходьба по гимн.скамейке. Перешагивание через мячи | 1 | 06.02 |  |  |
| **61** |  Лазание по гимнастической стенке и канату. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. | 1 | 11.02 |  | Гимнастическая стенка, канат | **Познавательные УУД** Уметь: лазать по канату; выполнять строевые упражнения, опорный прыжок, упражнения в равновесии на повышенной опоре.Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах**Регулятивные УУД** Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах**Коммуникативные УУД** Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании гимнастических упражненийВыявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений**Личностные УУД** Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении гимнастических упражнений и комбинацийвыполнении гимнастических упражнений прикладной направленности |
| **62** |  Лазания по гимнастической стенке и канату. Подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке. | 1 | 12.02 |  | Гимнастическая стенка, канат |
| **63** | Лазание по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. | *1* | 13.02 |  | Гимнастическая скамейка |
| **64** | ***Твой организм. (основные внутренние органы). Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышц живота и спины.*** Перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку. | *1* | 18.02 |  | Гимнастическая скамейка, гимнастические маты |
| **65** | ***Сердце и кровеносные сосуды*** .Ходьба по гимнастической скамейке. | *1* | 19.02 |  | Гимнастическая скамейка |
| **66** | Перешагивание через мячи; повороты на 90º, ходьба по рейке гимнастической скамейке и по бревну. | *1* | 20.02 |  | Гимнастическая скамейка, гимнастическое бревно, мячи. |
| **67** | ***Органы чувств****(роль органов зрения и слуха во время движений и передвижений человека)*Перелезание через гимнастического коня. | *1* | 25.02 |  | Гимнастические маты, гимнастический конь |
| **68** | Бег с преодолением гимнастических препятствий. | *1* | 26.02 |  | Гимнастические маты, канат, стенка. |
| **69** |  Основная стойка, построение в колонну по одному и в шеренгу. Группировка | 1 | 27.02 |  | Гимнастическая скамейка, гимнастические маты | **Познавательные УУД** Уметь: выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации**Регулятивные УУД** Описывать технику разучиваемых акробатических упражненийОсваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций**Коммуникативные УУД** Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений**Личностные УУД** Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражненийВыявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Осваивать умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении. |
| **70** | Размыкание на вытянутые в стороны руки. Перекаты в группировке, лёжа на животе и из упора стоя на коленях. | 1 | 03.03 |  | Гимнастическая скамейка |
| **71** | Повороты направо, налево. Обучение технике кувырка вперёд.  | 1 | 04.03 |  | Гимнастическая скамейка, гимнастическое бревно, мячи. |
| **72** | Повороты направо, налево. Кувырок вперёд. | 1 | 05.03 |  | Гимнастические маты, гимнастический конь |
| **73** | Размыкание и смыкание приставными шагами. Стойка на лопатках согнув ноги. | 1 | 10.03 |  | Гимнастическая скамейка, гимнастические маты |
| **74** | Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок в сторону. | 1 | 11.03 |  | Гимнастическая скамейка, гимнастические маты |
| **75** | Из стойки на лопатках согнув ноги перекат вперёд в упор присев. | 1 | 12.03 |  | Гимнастические снаряды,маты | Выполнять гимнастические упражнения.Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.Осваивать технику простых акробатических упражнений.Осваивать умения по взаимодействию в парах и группах при разучиванииакробатических упражнений.Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Осваивать умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении.  |
| **76** | Упражнения в висе стоя и лёжа.«Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным ком-плексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)» | 1 | 17.03 |  | Гимнастические снаряды, маты | Знать о прикладном значении гимнастических упражнений.Уметь технически правильно выполнять передвижения по гимнастической стенке, ползание и переползание, хождение по наклонной гимнастической скамейке, упражнения на низкой перекладине, лазание по канату, а также эстетически выразительно выполнять опорный прыжок через гимнастического козла и упражнения на гимнастическом бревне. |
| **77** | Упражнения в упоре лёжа на коне, бревне, гимнастической скамейке. | 1 | 18.03 |  | Гимнастические конь, бревно, скамейки |
|  | ***Подвижные игры*** | **3** |  |  |  |
| **78** |   ***Органы чувств****(роль органов зрения и слуха во время движений и передвижений человека)*Подвижная гра «Кто дальше бросит». | 1 | 19.03 |  | Спортивная площадка, волейбольный мяч, корзины | **Осваивать** двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.**Взаимодействовать** в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. **Моделировать** технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.**Принимать** адекватные решения в условиях игровой деятельности.**Осваивать** универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.**Излагать** правила и условия проведения подвижных игр. |
| **79** |  Разучивание игры «Попади в обруч». | 1 | 31.03 |  | Спортивная площадка, волейбольный мяч, обручи |
| **80** | Игра «Попади в обруч». Закаливание. | 1 | 01.04 |  | Спортивная площадка, волейбольный мяч, обручи |
|  ***Лёгкая атлетика*** | **12** |  |  |  |  |
| **81** | Правила безопасности. Соревнования на короткие дистанции до 30 м. | 1 | 02.04 |  | Спортивная площадка, беговые дорожки | **Описывать** технику беговых упражнений. **Выявлять х**арактерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.**Осваивать** технику бега различными способами. **Осваивать** универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. |
| **82** | Физическая культура как система регулярных занятий физическими упражнениями. Соревнования до 60 м. | 1 | 07.04 |  | Спортивная площадка, беговые дорожки |
| **83** | Бег 60 м. Развитие скоростных качеств.«Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным ком-плексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)» | 1 | 08.04 |  | Спортивная площадка, беговые дорожки |  |
| **84** | Прыжок в длину с места. Режим дня и личная гигиена. | 1 | 09.04 |  | Спортивная площадка,рулетка | **Познавательные УУД** Осваивать технику прыжковых упражнений**Регулятивные УУД** Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражненийСоблюдать правила ТБ при выполнении прыжковых упражнений**Коммуникативные УУД** Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений**Личностные УУД** Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.  |
| **85** | Прыжки через длинную неподвижную и качающуюся скакалку. | 1 | 14.04 |  | Спортивная площадка, длинная скакалка |
| **86** | Прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания 60-70 см. | *1* | 15.04 |  | Рулетка, сектор для прыжков, грабли |
| **87** | Прыжки и на одной и двух ногах на месте , с поворотом на 180º. | 1 | 16.04 |  | Спортивная площадка, фишки |
| **88** | Прыжки через небольшие (высотой 40 см) естественные вертикальные и горизонтальные (до 100см) препятствия.» | 1 | 21.04 |  | Спортивная площадка | **Познавательные УУД** Осознавать познавательную задачу при выполнении прыжковых упражнений.**Регулятивные УУД** Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать раз­личные предметы на дальность с места из различных положении, метать в цельОписывать технику бросков и метанийОсваивать технику бросков бросков и метаний **Коммуникативные УУД** Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог.**Личностные УУД** Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении бросков и метаний |
| **89** | Бросок набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди вперёд, из положения стоя ноги врозь на ширине плеч, грудью в направлении метания. | *1* | 22.04 |  | Спортивная площадка, набивные мячи |
| **90** | Метание малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену. | *1* | 23.04 |  | М/м для метания, цели |
| **91** | Метание малого мяча из положения стоя гру­дью по направлению метания на дальность и заданное расстояние. | *1* | 28.04 |  | М/м для метания, сектор для метания |
| **92** | Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель (2х2) с расстояния 3-4 м.  | *1* | 29.04 |  | М/м для метания, сектор для метания |
| ***Кроссовая подготовка*** | **10** |  |  |  |
| **93** | Равномерный медленный бег до 3-4 мин | 1 | 30.04 |  | Беговая дорожка, секундомер, флажки |  |
| **94** | Развитие выносливости. Равномерный медленный бег до 3-4 мин | *1* | 05.05 |  | Беговая дорожка, секундомер, флажки | **Познавательные УУД** Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать равномерным медленным бегом. Преодолевать простейшие препятствия. Описывать технику беговых упражнений**Регулятивные УУД** Выявлять характерные ошибки в технике беговых упражненийОсваивать технику бега различными способами**Коммуникативные УУД** Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений**Личностные УУД** Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении беговых упражнений |
| **95** | Развитие выносливости. Равномерный бег до 6 мин. | 1 | 06.05 |  | Беговая дорожка, секундомер, флажки |
| **96** |  Равномерный бег до 6 мин. Игра «Мини-футбол» | 1 | 07.05 |  | Беговая дорожка, секундомер, флажки |
| **97** | Бег с преодолением препятствий. | 1 | 12.05 |  | Беговая дорожка, секундомер, флажки |
| **98** | Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. | 1 | 13.05 |  | Беговая дорожка, секундомер, флажки |
| **99** | Обычный бег с изменением направления движения. | 1 | 14.05 |  | Беговая дорожка, секундомер, флажки |
| **100** | Обычный бег с изменением направления движения. Игра в «Мини-футбол» | 1 | 19.05 |  | Беговая дорожка, секундомер, флажки |
| **101** | Бег с преодолением препятствий. Игра «Салки-догонялки» | 1 | 20.05 |  | Беговая дорожка, препятствия, спортивная площадка |
| **102** | Роль и значение занятий физической культурой и поддержания хорошего здоровья для успешной учёбы.«Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным ком-плексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)» | 1 | 21.05 |  | Учебник, презентации Беговая дорожка, препятствия, спортивная площадка |
| Уметь составлять комплексы для самостоятельных занятий; организовывать и проводить подвижные игры..Планировать и уметь самостоятельно проводить занятия по подготовке к сдаче норм комплекса ВФСК ГТО. |
| **Итого** |  | **102 часа** |  |  |  |  |