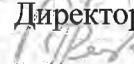


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

«Средняя общеобразовательная школа №13» города Обнинска

Адрес: Российская Федерация, Калужская область, город Обнинск, улица Калужская, д. 11,
электронный адрес: Obninskshkola13@yandex.ru, тел/факс (848439) 3-40-42

Принята на педагогическом совете
Протокол № 1 от 31.08.2023

Утверждена
приказом № 73-ОД от 31.08.2023
Директор школы
 Пестрикова О. В.

**Рабочая программа
по физической культуре
(ФГОС ООО)**

(предметная область: Общественно-научная область)

Уровень общего образования

Основное общее образование, 7 – 9 классы

Количество часов -102 для каждой параллели

Учитель : Буренкова Ю.Н.

г. Обнинск 2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1- 11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (Изд. 2-е - Волгоград: Учитель, 2018).

В соответствии с ФГОС учебный предмет «Физическая культура» проводится как обязательный предмет в средней школе, на его преподавание отводится 102 часа в год (3 часа в неделю).

Цели и задачи

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В соответствии с этим, программа физического воспитания учащихся 5- 9 классов своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических задач:

- на содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей на основе знаний о системе организма;
- углублённое представление об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции

Программный материал делится на две части — базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент. Учитывая климатические особенности региона и возможности материальной физкультурно-спортивной базы кроссовая подготовка заменяется лыжной. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу. В 9 классах единоборства заменяются легкой атлетикой и лыжной подготовкой.

Для прохождения теоретических сведений выделяется время в процессе уроков.

1. Планируемые результаты.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта рабочая программа для 5 – 9 классов направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые социальные сообщества;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастной компетенции с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты освоения программного материала проявляются в следующих областях культуры

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастно-половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания индивидуальных занятий в соответствии с задачами улучшения физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;

умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;

умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;

формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;

формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

владение умением осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом;

владение умением формулировать цель и задачи индивидуальных и совместных с другими детьми и подростками занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнерами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности;

В области физической культуры:

владение умениями: о в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин. (девочки); после быстрого разбега с 9-13 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 9-13 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание»; проплыть 50 м;

о в метаниях на дальность и на меткость: метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10-12 м) с использованием четырехшажного варианта бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч и мяч 150 г с места и с 3 шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10-15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10-12 м;

о в гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять комбинацию из четырех элементов на перекладине (мальчики) и на разновысоких брусьях (девочки); опорные прыжки через козла в длину (мальчики) и в ширину (девочки); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка и обруч), состоящих из шести элементов, или комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов; выполнять акробатическую комбинацию из четырех элементов, включающую кувырки вперед и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперед и назад в полушпагат, «мост» и поворот в упор стоя на одном колене (девочки);

- о в единоборствах: осуществлять подводящие упражнения по овладению приемами техники и борьбы в партере и в стойке (юноши);
- о в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам);
- демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;
- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;
- владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырехборью: бег 60 м, прыжок в длину или в высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;
- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры

- овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возможности выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего длительную творческую активность;
- понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий;
- приобретение умений планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- закрепление умения поддержания оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности посредством активного использования занятий физическими упражнениями, гигиенических факторов и естественных сил природы для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- знание факторов, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;
- понимание культуры движений человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя из целесообразности и эстетической привлекательности;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурной речью, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника

В области физической культуры:

владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;

владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

Предметные результаты

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования результаты изучения курса «Физическая культура» должны отражать:

понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки,

контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

□ формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умение использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Предметные результаты, так же как личностные и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

□ знания по истории развития спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

□ знания основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

□ знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

□ способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями, доброжелательное и уважительное отношение к участникам с разным уровнем их умений, физических способностей, состояния здоровья;

□ умение взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

□ способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

□ способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке;

□ умение организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями разной функциональной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

□ умение организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

- умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- умение организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений при выполнении упражнений разной направленности (на развитие координационных способностей, силовых, скоростных, выносливости, гибкости) в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, осанки, показателями основных физических способностей, объективно их оценивать и соотносить с общепринятыми нормами и нормативами.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, умело применяя соответствующие понятия и термины;
- умение определять задачи занятий физическими упражнениями, включенными в содержание школьной программы, аргументировать, как их следует организовывать и проводить;
- способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, проводить занятия в качестве командира отделения, капитана команды, владея необходимыми информационными жестами.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушения осанки, улучшения физической подготовленности;
- способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятий и индивидуальных особенностей организма;
- умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, вести дневник самонаблюдения.

2. Содержание учебного предмета.

Знания о физической культуре

История физической культуры. Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура в современном обществе.

Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережному отношению к природе (экологические требования).

Физическая культура (основные понятия). Физическое развитие человека.

Физическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.

Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.

Техническая подготовка. Техника движений и ее основные показатели.

Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Адаптивная физическая культура.

Спортивная подготовка.

Здоровье и здоровый образ жизни. Допинг. Концепция честного спорта.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Физическая культура человека. Режим дня и его основное содержание.

Заливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Восстановительный массаж.

Проведение банных процедур.

Первая помощь во время занятий физической культурой и спортом.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз (подвижных перемен).

Планирование занятий физической подготовкой.

Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль.

Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений (технических ошибок).

Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корректирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Опорные прыжки.

Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Легкая атлетика. Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах.

Спортивные игры: волейбол, баскетбол, пионербол.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

Гимнастика с основами акробатики. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Легкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Лыжная подготовка (лыжные гонки). Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты.

Баскетбол и волейбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки; приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.

1.1. Естественные основы.

7-8 классы. Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов. Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем дыхания, кровоснабжения. Роль психических процессов в обучении двигательным действиям и движениям.

9 класс. Выполнение основных движений и комплексов физических упражнений, учитывающих возрастно-половые особенности школьников и направленно действующих на совершенствование соответствующих физических функций организма. Планирование и контроль индивидуальных физических нагрузок в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями.

1.2. Социально-психологические основы.

7-8 классы. Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии внимания, памяти и мышления. Совершенствование и самосовершенствование физических способностей, влияние этих процессов на физическое развитие, повышение учебно-трудовой активности и формирование личностью значимых свойств и качеств. Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по объяснению. Ведение тетрадей самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля за функциональным состоянием организма и физической подготовленностью.

9 класс. Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу, объяснению и описанию. Выполнение общеподготовительных и подводящих упражнений, двигательных действий в разнообразных игровых и соревновательных ситуациях. Ведение тетрадей самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля за функциональным состоянием организма, физическим развитием и физической подготовленностью. Комплексы физических упражнений для развития физических способностей и тестирования уровня двигательной подготовленности.

1.3. Культурно-исторические основы.

7-8 классы. Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни современного человека.

9 класс. Изложение взглядов и отношений к физической культуре, к ее материальным и духовным ценностям.

1.4. Приемы закаливания.

7-8 классы. Водные процедуры (*обтирание, душ*), купание в открытых водоемах. *9 класс.* Пользование баней.

1.5. Подвижные игры.

Волейбол

7-9 классы. Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по волейболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

Баскетбол

7-9 классы. Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по баскетболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

1.6. Гимнастика с элементами акробатики.

7 классы. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развитие силовых способностей и гибкости. Страховка во время занятий. Основы выполнения гимнастических упражнений.

8-9 классы. Значение гимнастических упражнений для развития координационных способностей. Страховка и самостраховка во время занятий. Техника безопасности во время занятий.

1.7. Легкоатлетические упражнения.

7-9 классы. Терминология легкой атлетики. Правила и организация проведения соревнований по легкой атлетике. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе.

3. Тематическое планирование.

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)		
		Класс		
		7	8	9
1	Базовая часть	75	75	75
1.1	Основы знаний о физической культуре в процессе урока			
1.2	Гимнастика с элементами акробатики	18	18	18
1.3	Лёгкая атлетика	21	21	21
1.4	Лыжная подготовка	18	18	18
1.5	Спортивные игры (волейбол)	18	18	18
2	Вариативная часть	27	27	27
	Спортивные игры (баскетбол)	27	27	27
Итого		102	102	102

Учебные нормативы по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств.

7 - класс.

№ п/п	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
		Мальчики			Девочки		
		“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
1	Челночный бег 3x10 м, сек	8.3	9.0	9.3	8.7	9.5	10.0
2	Бег 30 м, секунд	4.8	5.6	5.9	5.0	6.0	6.2
3	Прыжок в длину с разбега	360	340	290	330	300	240
4	Бег 60 м, секунд	9,4	10,0	10,8	9,8	10,4	11,2
5	Кросс 2000 м, мин	12.30	13.30	14.30	13.30	14.30	15.30
6	Прыжки в длину с места	205	170	150	200	160	140
7	Подтягивание на высокой перекладине	8	5	1	19	12	5
8	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	23	18	13	18	12	8
9	Наклоны вперед из положения сидя	9+	5	2-	18+	10	6-
10	Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	45	40	35	38	33	25
11	Прыжок в высоту с разбега	120	110	100	110	100	90
12	Прыжок на скакалке, 1 мин, раз	105	95	90	120	110	105
13	Метание 150гр .мяча на дальность м. с разбега	38	35	25	27	20	16

8 - класс

№ п/п	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
		Мальчики			Девочки		
		“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
1	Челночный бег 3x10 м, сек	8.0	8.7	9.0	8.6	9.4	9.9
2	Бег 30 м, сек	4.7	5.5	5.8	4.9	5.9	6.1
3	Бег 60 м, секунд	9.0	9.7	10.5	9.7	10.4	10.8
4	Кросс 2000 м, мин 3000м	16.30	17.30	18.30	12.30	13.30	14.30
5	Прыжок в длину с разбега	380	360	310	340	310	260
6	Прыжки в длину с места	210	180	160	200	160	145
7	Подтягивание на высокой перекладине	9	6	2	17	13	5
8	Сгибание и разгибание рук в упоре	25	20	15	19	13	9
9	Наклоны вперед из положения сидя	11+	7	3-	20+	12	7-
10	Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	48	43	38	38	33	25
11	Прыжок на скакалке, 1 мин, раз	115	105	100	125	115	110
12	Метание мяча 150 гр. на дальность м. с разбега	42	37	28	27	22	18
13	Прыжок в высоту с разбега	125	115	105	115	105	95

9 - класс

№ п/п	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
		Мальчики			Девочки		
		“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
1	Челночный бег 3x10 м, сек	8.0	8.7	9.0	8.6	9.4	9.9
2	Бег 30 м, сек.	4.5	5.3	5.5	4.9	5.8	6.0
3	Бег 60 м, сек.	8,5	9,2	10,0	9,4	10,0	10,5
4	Кросс 2000 м, мин; 3000 м, мин	15.30	16.30	17.30	11.30	12.30	13.30
5	Прыжки в длину с места	220	190	175	205	165	155
6	Прыжок в высоту с разбега	130	120	110	115	110	100
7	Подтягивание на высокой перекладине	10	7	3	16	12	5
8	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	32	27	22	20	15	10
9	Наклоны вперед из положения сидя	12+	8	4-	20+	12	7-
10	Подъем туловища за 1 мин. из полож. лежа	50	45	40	40	35	26
11	Прыжок на скакалке, 1 мин, раз	125	120	110	130	120	115
12	Метание мяча 150гр. на дальность м. с разбега	45	40	31	30	28	18
13	Прыжок в длину с разбега	430	380	330	380	330	290

Календарно-тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Легкая атлетика (11 часов)								
1.	Техника безопасности и во время занятий физической культурой Техника высокого старта	1 нед сент		Ознакомление учеников с техникой безопасности во время занятий физической культурой, обучение технике высокого старта, стартового разгона	Высокий старт (15-30 м), стартовый разгон, бег по дистанции (40-50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты встречные. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Терминология спринтерского бега.	Изучают историю легкой атлетики. Рассказывают ТБ. Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Спринтерский бег. Специальные беговые упражнения	2 нед сент		Повторение техники высокого старта. Бег по дистанции (40-50.м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов.	Высокий старт (15-30 м). Бег по дистанции (40-50.м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
3	Бег 30м. Финиширование. Тестирование - бег 30м.	2 нед сент		Повторение техники высокого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из различных положений. Проведение тестирования по бегу 30м	Высокий старт (15-30 м). Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из различных положений. Развитие скоростных качеств.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: планирование: выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: обще учебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	Нравственно-этическая ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
4.	Эстафетный бег (передача палочки). Бег (3 x10м).	2 нед сент		Повторение техники высокого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из различных положений.	Высокий старт (15-30 м). Финиширование. Бег (3 x50м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
5.	Бег 60 м на результат. Специальные беговые упражнения	3 нед сент		Учет результата по бегу на (60 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ.	Бег на результат (60 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки,	Р: планирование применять усвоенные правила в планировании способа решения задачи. П: общеучебные контролировать	Смыслообразование– мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	ь и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. К: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью.	деятельности. Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение
6.	Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 7-9 шагов разбега, отталкивание. Метание малого мяча.	3 нед сент		Ознакомление с техникой прыжка в длину с 7-9 шагов. Подбор разбега, отталкивание. Ознакомление с техникой метания мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 x 1) с 8-10 м, терминологией прыжков в длину	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Подбор разбега, отталкивание. Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 x 1) с 8-10 м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология прыжков в длину.	Применяют прыжковые упражнения.	Р: контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	Самоопределение – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
7.	Прыжок в длину с 7-9 шагов, приземление. Метание	3 нед сент		Повторение техники прыжка в длину с 7-9 шагов. Подбор разбега, отталкивание. Повторение	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Приземление. Метание теннисного мяча	Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают правила	Р: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат. П: общеучебные выбирать наиб	Смыслообразование– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мяча на дальность. Тестирование – подтягивание.			техники метания мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 x 1) с 8-10 м, проведение тестирования по подтягиванию.	на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология метания.	безопасности при метании..	более эффективные способы решения задач; Контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. К: инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация – проявление доброжелательности
8.	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Метание мяча на дальность.	4 нед сент		Повторение техники прыжка в длину с 7-9 шагов, метания теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Ознакомление с правилами соревнований по прыжкам.	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в прыжках.	Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	Р: контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование– предвосхищать результаты. П: общеучебные ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К: взаимодействие формулировать собственное мнение, слушать собеседника; управление коммуникацией разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях
9.	Оценка техники выполнения	4 нед сент		Выполнение прыжка в длину с 7-9 шагов на	Прыжок в длину с 7-9 шагов.	Выполняют прыжок в длину с	Р: целеполагание-преобразовывать практическую задачу в образовательную.	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	прыжка в длину с разбега и метания мяча в цель.			результат. Совершенствован ие метания теннисного мяча на дальность. Ознакомление с правилами соревнований в метании.	Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. Правила соревнований в метании.	разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения
10	Бег на средние дистанции. Тестирование – бег 1000 м	4 нед сент		Выполняют бег по дистанции. Подвижные игры «Невод», «Круговая эстафета». Развитие выносливости. Проведение тестирования по бегу 1000 м	Бег по дистанции. Подвижные игры «Невод», «Круговая эстафета». Развитие выносливости.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	<i>Самоопределение</i> – осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов
11	Бег 1000 м на результат.	5 нед сент		Выполняют бег 1000 м на результат. Мальчики: 5.00; 5.30; 6.00. Девочки: 5.30; 6.00; 6.20.	Бег по дистанции. Подвижные игры «Невод», «Круговая эстафета». Развитие выносливости.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражне-	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							ниями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	
Спортивные игры. Баскетбол (8 часов)								
12	ИОТ при проведении занятий по баскетболу. Стойки и передвижения игроков. Правила игры в баскетбол.	5 нед сент		Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу. Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке на месте. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Правила игры в баскетбол.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке на месте. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол.	Изучают историю баскетбола. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Соблюдают правила безопасности.	Р: <i>планирование:</i> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. П: <i>общеучебные:</i> узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Самоопределение – готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
13	Передача мяча двумя руками от груди в движении. Тестирование – прыжок в длину с места.	1 нед окт		Повторение стойки и передвижений игрока, ведения мяча в средней стойке на месте, остановки двумя шагами, передачи мяча двумя руками от груди в	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в средней стойке на месте. Остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя	Р: <i>целеполагание</i> – удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению. <i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				движении,		типичные ошибки.	П: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии и способов решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
14	Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Тестирование – наклон вперед стоя.	1 нед окт		Совершенствовать сочетание приемов ведения, передачи, броска, правил игры в баскетбол. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> – вносить необходимые изменения и дополнения. П: <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность к саморазвитию
15	Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча с изменением	1 нед окт		Повторение стойки и передвижений игрока, остановки двумя шагами, передачи мяча двумя руками от груди в движении,	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р: <i>целесолагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. П: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	направления и высоты отскока.			сочетания приемов ведения, передачи, броска, правил игры в баскетбол. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	плеча на месте. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Правила игры в баскетбол.	но, выявляя и устраняя типичные ошибки. Освоить технику ведения мяча.	эффективные решения поставленной задачи. К: взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	
16	Оценка техники ведения мяча с изменением направления и высоты отскока. Тестирование - поднимание туловища за 30 сек.	2 нед окт		Повторение стоек и передвижений игрока, ведения мяча в средней стойке на месте, остановки двумя шагами, передачи мяча двумя руками от груди в движении, сочетания приемов, правил игры в баскетбол. Проведение тестирования по подниманию туловища	Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Правила игры в баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь выполнять различные варианты ведения мяча.	Р: контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование – предвосхищать результаты. П: обще учебные – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К: взаимодействие – формулировать собственное мнение, слушать собеседника; управление коммуникацией – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	<i>Самоопределение</i> самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. <i>Смыслообразование:</i> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
17	Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Игра	2 нед окт		Повторение стоек и передвижений игрока, ведения мяча в средней стойке на месте,	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в низкой стойке. Остановка	Описывают технику изучаемых игровых приемов и	Р: целеполагание формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные использовать общие приемы решения задач.	<i>Смыслообразование</i> адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебн

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	в мини-баскетбол.			остановки двумя шагами, передачи мяча двумя руками от груди в движении, сочетания приемов ведения, передачи, броска, правил игры в баскетбол. Игра в мини-баскетбол.	двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	К: <i>инициативное сотрудничество</i> ставить вопросы и обращаться за помощью	о-познавательная, внешняя)
18	Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча.	2 нед окт		Повторить стойки и передвижения игрока, ведение мяча с разной высотой отскока. Ознакомить с броском мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча, передачей мяча одной рукой от плеча в движении.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Игра (2 x 2).	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: <i>целеполагание</i> – удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. П: <i>общеучебные</i> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
19	Передача мяча двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивле	3 нед окт		Повторить стойки и передвижения игрока, ведение мяча с разной высотой отскока. Ознакомить с передачей мяча	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы;	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	нием. Игра (2 х 2, 3 х 3).			двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивлением, терминологией баскетбола. Играть (2 х 2, 3 х 3). Развитие координационных способностей.	плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивлением. Игра (2 х 2, 3 х 3). Терминология баскетбола.	самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – строить монологическое высказывание, вести устный диалог	
Спортивные игры. Волейбол. (6 часов)								
20	ИОТ при проведении занятий по волейболу. Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах.	3 нед окт		Ознакомить со стойками и передвижениями игрока, передачей мяча сверху двумя руками в парах и над собой, приемом мяча снизу двумя руками в парах, техникой безопасности по волейболу. Играть по упрощенным правилам.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам. Техника безопасности	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками. Определять уровень скоростно-силовой выносливости.
21	Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Нижняя	4 нед окт		Повторить стойки и передвижения игрока, передачи мяча сверху двумя руками в	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через зону и	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий,	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	прямая подача мяча.			парах через зону и над собой, прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Ознакомить с нижней прямой подачей мяча.	над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча.	осваивают их самостоятельно	от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы
22	Нижняя прямая подача мяча. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	4 нед окт		Повторить стойки и передвижения игрока, передачи мяча сверху двумя руками в парах в зоне и через зону, над собой, прием мяча снизу двумя руками в парах через зону, нижнюю прямую подачу мяча.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах в одной зоне и через зону, над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
23	Передача мяча сверху двумя руками в парах и тройках через зону,	4 нед окт		Совершенствовать передачи мяча сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку, прием мяча снизу двумя руками в	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку. Прием мяча	Осуществлять судейство игры. Демонстрировать технику передачи мяча двумя руками сверху.	Р: оценка –устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. П: общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	через сетку. Игра.			парах через зону и через сетку, нижнюю прямую подачу мяча. Провести эстафеты.	снизу двумя руками в парах через зону и через сетку. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.		строить сообщения в устной и письменной форме. К: планирование учебное сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание	
24	Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Игра.	5 нед окт		Совершенство-вать передачи мяча сверху двумя руками в парах, тройках через зону и в зоне, через сетку, прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону, нижнюю прямую подачу мяча. Провести эстафеты, игру по упрощенным правилам.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах, тройках через зону и в зоне, через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола.	Р: коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. П: общеучебные –осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. К: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность обучающихся само развитию
25	Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	1 нед нояб		Повторить передачи мяча сверху двумя руками в парах, тройках через зону и в зоне, через сетку, прием мяча снизу	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р: прогнозирование предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П: информационные– получать и обрабатывать информацию; общеучебные	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				двумя руками в парах в зоне и через зону, нижнюю прямую подачу мяча. Провести эстафеты, игру по упрощенным правилам.	парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	но.	– ставить и формулировать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	ситуаций и находить выходы
Гимнастика (18 часов)								
26	ИОТ при проведении занятий по гимнастике. Висы. Строевые упражнения	2 нед нояб		Разучить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте, ОРУ на месте без предметов, вис лежа, вис присев (д.).	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. ОРУ на месте без предметов. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Эстафеты.	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	Р: <i>целесолагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в изменении ситуации поставленных задач
27	Строевые упражнения Подъем переворотом в упор. Подтягивание.	2 нед нояб		Разучить подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.) Повторить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте, ОРУ на	Эстафеты. Развитие силовых способностей.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы.	<i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика»

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				месте без предметов			К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	
28	Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). ОРУ с гимнастической палкой.	2 нед нояб		Повторить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте, подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). Провести эстафеты, ОРУ с гимнастической палкой.	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Эстафеты. ОРУ с гимнастической палкой. Развитие силовых способностей.	Различают строевые команды, четко выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика»
29	Подъем переворотом в упор. Развитие силовых способностей.	3 нед нояб		Повторить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте, подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). Провести эстафеты, ОРУ с гимнастической палкой.	Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Эстафеты.	Различают строевые команды, четко выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
30	Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Эстафеты.	3 нед нояб		Повторить подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). Провести эстафеты	Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Подъем переворотом в упор. Эстафеты.	Повторяют сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
31	Оценка техники выполнения упражнений Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в виси.	3 нед нояб		Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход. Оценка техники выполнения упражнений. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.).	Выполнение на технику. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в виси. Развитие силовых способностей.	Уметь демонстрировать технику выполнения упражнений. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в виси.	Р. - волевая саморегуляция, коррекция, оценка качества и уровня усвоения, контроль в форме сличения с эталоном. П. - умение структурировать знания, К. - планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
32	Разучить: прыжок ноги врозь	4 нед нояб		Разучить: прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота	Разучить: прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота	Выполнять комплексы общеразвива	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности,	Развитие мотивов учебной деятельности и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	(козел в ширину, высота 100-110 см).			100-110 см). ОРУ в движении.	100-110 см). ОРУ в движении. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. ОРУ без предметов. Развитие скоростно-силовых способностей.	ющих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;	поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
33	Прыжок ноги врозь. Строевые упражнения	4 нед нояб		Повторить прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). Провести эстафеты, упражнения на гимнастической скамейке.	Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ в движении. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. ОРУ без предметов.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
34	Выполнение комплекса упражнений с обручем. Упражнения на гимнастической скамейке.	4 нед нояб		Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнений на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	Прыжок ноги врозь (<i>козел в ширину, высота 100-110 см</i>). ОРУ с обручем. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
35	Прыжок ноги врозь. Эстафеты.	5 нед нояб		Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнений на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	Прыжок ноги врозь (<i>козел в ширину, высота 100-110 см</i>). ОРУ в движении. Эстафеты. Выполнение комплекса упражнений с обручем. Упражнения на гимнастической скамейке.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
36	Упражнения на	5 нед нояб		Повторить прыжок ноги	Прыжок ноги врозь (<i>козел в</i>	Овладение умениями	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и	Развитие мотивов учебной

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	гимнастической скамейке. Строевые упражнения			врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнений на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>ширину, высота 100-110 см).</i> ОРУ с обручем. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)	задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
37	Выполнение прыжка ноги врозь (на оценку).	1 нед дек		Оценить выполнение техники прыжка ноги врозь. Выполнение комплекса ОРУ с обручем.	Выполнение прыжка ноги врозь. Выполнение комплекса ОРУ с обручем.	Уметь демонстрировать выполнение прыжка ноги врозь, выполнение комплекса ОРУ с обручем.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
Акробатика. Лазание. (6 часов).								
38	Акробатика. Кувырки вперед, назад,	2 нед дек		Повторить кувырки вперед, назад, стойка на лопатках.	Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках - выполнение	Описывают технику акробатических	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее	Смыслообразование – самооценка на основе критериев

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	стойка на лопатках. Два кувырка вперед слитно.			Составление комбинации. Два кувырка вперед слитно. ОРУ с мячом.	комбинации. Два кувырка вперед слитно. ОРУ с мячом. Развитие координационных способностей.	упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений.	осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	успешной учебной деятельности.
39	Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). Лазание по канату в три приема.	2 нед дек		Совершенствовать два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей.	Совершенствовать два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей.	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию
40	Лазание по канату в два приема. Игра «Не дай обручу упасть».	2 нед дек		Обучение лазанию по канату в два приема. Развитие координационных способностей.	Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в два	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями,	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					приема. Развитие координационных способностей.	физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
41	Комбинация из разученных приемов. ОРУ с мячом.	3 нед дек		Научиться составлять комбинацию из разученных приемов. Комбинация ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей.	Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). Комбинация из разученных приемов. Комбинация ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей.	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояния здоровья	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
42	Совершенствование комбинации из	3 нед дек		Выполнение комбинации из разученных элементов. Выполнение	Выполнение комбинации из разученных элементов. Выполнение	Формирование умений выполнять комплексы общеразвива	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	разученных элементов.			комбинации ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема.	комбинации ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема.	ющих, оздоровительных и корректирующих упражнений	неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	
43	Оценка техники выполнения кувырков. Лазание по канату.	3 нед дек		Научиться выполнять два кувырка вперед слитно. ОРУ с предметом. Лазание по канату в три приема на расстояние.	Выполнение двух кувырков вперед слитно. ОРУ с предметом. Лазание по канату в три приема на расстояние.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Смыслообразование– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.
Баскетбол (3 часа)								
44	Баскетбол. Передача мяча одной рукой в парах на месте и в движении. Игра (2	4 нед дек		Научиться выполнять передач мяча одной рукой в парах на месте и в движении. Игра (2 x 2, 3 x 3). Развитие	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой в парах на месте и в	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	х 2, 3 х 3).			координационных способностей.	движении. Игра (2 х 2, 3 х 3). Развитие координационных способностей.	видов спорта, умением использовать их в игровой деятельности	конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	нормах, социальной справедливости и свободе
45	Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Игра (2 х 2, 3 х 3).	4 нед дек		Научиться выполнять бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Выполнить игру Игра (2 х 2, 3 х 3).	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Игра (2 х 2, 3 х 3).	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта,	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
46	Оценка техники броска мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Игра (2 х 2, 3 х 3).	4 нед дек		Оценка техники броска мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Игра (2 х 2, 3 х 3).	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча одной рукой в парах на месте и в движении. Игра (2 х 2, 3 х 3).	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Лыжная подготовка (18 часов). Классические ходы. Спуски и подъемы.								
47	ИОТ при проведении лыжной подготовки Попеременный двушажный ход. Повороты в движении.	2 нед январь		Повторить повороты в движении. Попеременный двушажный ход. Пройти дистанцию 2 км - с равномерной скоростью.	Повороты в движении. Попеременный двушажный ход. Пройти дистанцию 2 км - с равномерной скоростью.	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
48	Повороты переступанием в движении. Оценка техники выполнения попеременного двушажного хода.	2 нед январь		Оценка техники выполнения попеременного двушажного хода. Повторить повороты в движении. Пройти дистанцию 2 км (переменно 1 км со средней + 1 км равномерно.)	Попеременный двушажный ход. Пройти дистанцию 2 км (переменно 1 км со средней + 1 км равномерно.) Развитие скоростной выносливости.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
49	Одновременный и бесшажный ходы.	3 нед янв		Разучить технику одновременного одношажного и бесшажного ходов. Развитие скоростной выносливости.	Техника одновременного одношажного и бесшажного ходов. Развитие скоростной выносливости.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
50	Одновременный двушажный ход.	3 нед янв		Разучить технику одновременного одношажного хода и одновременного двушажного хода. Дистанцию 2 км	Техника одновременного одношажного хода и одновременного двушажного хода. Дистанцию 2 км.	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
51	Оценка выполнения техники одновременных ходов на учебном	3 нед янв		Оценка выполнения техники одновременных ходов на учебном кругу. Повторить	Повороты переступанием в движении. Одновременный одношажный и бесшажный ходы.	Уметь демонстрировать технику одновременных ходов на учебном	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	кругу.			повороты переступанием в движении.		кругу.	наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
52	Спуски и подъемы на склонах. Подъем «елочкой».	4 нед янв		Разучить спуски и подъемы в средней стойке, подъем «елочкой». Повторить повороты переступанием в движении.	Спуски и подъемы в средней стойке. Подъем «елочкой». Повороты переступанием в движении.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
53	Дистанция 1 км на результат. Спуски и подъемы. Подъем «елочкой».	4 нед янв		Пройти дистанцию 1 км на результат. Повторить спуски и подъемы, подъем «елочкой».	Спуски и подъемы. Подъем «елочкой». Развитие скоростной выносливости.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						нагрузок	взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
54	Торможение и поворот упором.	4 нед янв		Разучить торможение и поворот упором, технику скользящего шага в гору.	Торможение и поворот упором. Техника скользящего шага в гору. Прохождение дистанции 2 км со средней скоростью.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
55	Спуски и подъемы. Торможение и поворот упором.	5 нед янв		Повторить спуски и подъемы, торможение и поворот упором.	Торможение и поворот упором. Техники скользящего шага в гору. Подъем «елочкой».	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
56	Совершенствовать технику спусков и подъемов на склонах.	1 нед февр		Совершенствовать технику спусков и подъемов на склонах. Повторить торможение и поворот упором.	Спуски и подъемы. Торможение и поворот упором.	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
57	Прохождение дистанции 2 км на результат.	1 нед февр		Прохождение дистанции 2 км на время. Развитие скоростной выносливости.	Прохождение дистанции 2 км на время. Развитие скоростной выносливости.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
58 - 59	Развитие скоростной выносливости:	2 нед февр		Развитие скоростной выносливости: повторные	Спуски и подъемы. Торможение и поворот упором.	Формирование навыка систематического	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью при-	Развитие самостоятельности и личной ответственности за

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	повторные отрезки 2-3 раза х 300 м.			отрезки 2-3 раза х 300 м. Повторить спуски и подъемы, торможение и поворот упором.		наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	нимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
60 - 61	Лыжная эстафета. Развитие скоростной выносливости.	2 нед февр		Пройти дистанцию 3 км со средней скоростью. Развитие скоростной выносливости. Провести лыжную эстафету	Дистанция 3 км со средней скоростью. Развитие скоростной выносливости.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
Коньковый ход (3 часа)								
62 - 63	Обучение технике конькового хода (свободный стиль.)	3 нед февр		Обучение технике конькового хода (свободный стиль.) Развитие скоростной выносливости – 2-3 раза по 500 м	Техника конькового хода (свободный стиль.) Развитие скоростной выносливости – 2-3 раза по 500 м.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение фун-	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						кциональных возможностей организма	формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	справедливости и свободе
64	Совершенствование техники конькового хода. Сдача текущих задолженностей.	3 нед февр		Совершенствование техники конькового хода. Сдача текущих задолженностей	Коньковый ход. Дистанция 3 км со средней скоростью. Развитие скоростной выносливости.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
Волейбол (6часов)								
65	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону.	4нед февр		Разучить прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Повторить стойки и передвижения игрока, передачи мяча сверху двумя руками в	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону.	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				парах через сетку.	Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча.		К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов	чувствам других людей
66	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	4 нед февр		Разучить прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
67	Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в парах. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону.	4 нед февр		Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в парах. Совершенствовать нижнюю прямую подачу мяча в заданную зону.	Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в парах. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
68	Прием мяча снизу двумя	5 нед февр		Совершенствовать прием мяча	Стойки и передвижения	Овладение основами	Р.-определять наиболее эффективные способы	Развитие самостоятельности

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	рукам после подачи. Игра по упрощенным правилам.			снизу двумя рукам после подачи. Игра по упрощенным правилам	игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя рукам после подачи. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону.	технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
69	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	1 нед март		Совершенствовать прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
70	Оценка техники приема мяча снизу двумя руками в парах. Позиционное	1 нед март		Оценка техники приема мяча снизу двумя руками в парах. Разучить позиционное нападение (6-0).	Прием мяча снизу двумя руками в парах. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Прямой нападающий удар	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	нападение (6-0).				после подбрасывания мяча партнером. Позиционное нападение (6-0).		и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	чувствам других людей
Баскетбол (9 часов).								
71	Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча.	2 нед март		Повторить бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
72	Передача мяча двумя руками от головы в парах. Игра (2 х 2, 3 х 3).	2 нед март		Совершенствовать передачу мяча двумя руками от головы в парах. Игра (2 х 2, 3 х 3).	Передача мяча двумя руками от головы в парах. Игра (2 х 2, 3 х 3). Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
73	Сочетание приемов ведения, остановки, броска. Игра (2 х 2. 3 х 1).	2 нед март		Совершенствовать сочетание приемов ведения, остановки, броска. Игра (2 х 2. 3 х 1).	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Сочетание приемов ведения, остановки, броска. Игра (2 х 2. 3 х 1). Развитие координационных способностей.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
74 - 75	Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки.	3 нед март		Совершенствовать перехват мяча, бросок одной рукой от плеча после остановки.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча правой (левой) рукой. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
76 - 77	Передачи мяча двумя руками от груди в	3 нед март		Совершенствовать передачи мяча двумя руками от груди в	Передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении.	Овладение основами технических действий,	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и пове-	Развитие этических качеств, доброжелательности и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	тройках в движении.			тройках в движении.	Позиционное нападение (5:0). Развитие координационных способностей.	приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности;	дение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
78 - 79	Ведение мяча правой (левой) рукой. Перехват мяча.	3 нед март		Совершенствовать ведение мяча правой (левой) рукой, перехват мяча.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча правой (левой) рукой. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Волейбол (6 часов).								
80	Прямой нападающий удар после подбрасывания	5 нед март		Разучить прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером,	Стойки и передвижения игрока. Прямой нападающий удар	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мяча партнером. Тактика свободного нападения.			тактику свободного нападения. Провести игру по упрощенным правилам.	после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	ных на развитие основных физических качеств	предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	личностного смысла учения
81	Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча.	5 нед март		Освоить комбинации из разученных элементов в парах. Повторить нижнюю прямую подачу мяча.	Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками в парах и после подачи. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
82	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Эстафеты.	5 нед март		Совершенствовать прием мяча снизу двумя руками в парах и после подачи. Провести эстафеты, игру по	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками в парах и после подачи. Эстафеты. Игра	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достиже-	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				упрощенным правилам.	по упрощенным правилам.	самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	ния результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	находить выходы из спорных ситуаций
83	Оценка техники нижней прямой подачи мяча. Игра по упрощенным правилам.	1 нед апр		Оценка техники нижней прямой подачи мяча. Провести игру по упрощенным правилам.	Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
84	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещений в стойке, остановки, ускорения). Игра по упрощенным	1 нед апр		Освоить комбинации из разученных элементов передвижений (перемещений в стойке, остановки, ускорения). Провести игру по упрощенным правилам.	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещений в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах и через сетку. Прием мяча снизу	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	м правилам.				после подачи.			
85	Передача мяча сверху двумя руками в парах и через сетку. Игра.	1 нед апр		Совершенствовать передачи мяча сверху двумя руками в парах и через сетку. Провести игру по упрощенным правилам.	Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
Баскетбол (7 часов)								
86	Позиционное нападение (5:0).	2 нед апр		Совершенствовать ведение мяча правой (левой) рукой, перехват мяча, бросок одной рукой от плеча после остановки. Разучить позиционное	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча правой (левой) рукой. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физи-	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				нападение (5:0).	двумя руками от груди в тройках в движении. Позиционное нападение (5:0).	пользовать их игровой и соревновательной деятельности	ческую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	находить выходы из спорных ситуаций
87	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника.	2 нед апр		Совершенствовать ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)
88	Оценка техники броска одной рукой от плеча после остановки. Тестирование - поднимание туловища.	2 нед апр		Оценка техники броска одной рукой от плеча после остановки. Провести тестирование - поднимание туловища.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						соревновательной деятельности		
89	Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Тестирование – прыжок в длину с места.	3 нед апр		Совершенствовать передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Провести тестирование - прыжок в длину с места.	Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Позиционное нападение через заслон. Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
90	Позиционное нападение через заслон. Тестирование – подтягивание.	3 нед апр		Разучить позиционное нападение через заслон. Провести тестирование - подтягивание.	Стойки и передвижения игрока. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Позиционное нападение через	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревнователь	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					заслон. Развитие координационных способностей.	ной деятельности		
91	Оценка техники передачи мяча в тройках в движении со сменой места.	3 нед апр		Оценка техники передачи мяча в тройках в движении со сменой места.	Стойки и передвижения игрока. Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
92	Нападение быстрым прорывом (2 x 1). Тестирование – наклон вперед, стоя	4 нед апр		Разучить нападение быстрым прорывом (2 x 1). Провести тестирование - наклон вперед, стоя	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Бросок двумя руками от головы после остановки. Нападение быстрым прорывом (2 x 1).	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сот-	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						деятельности	рудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	
Легкая атлетика (10 часов). Спринтерский бег. Эстафетный бег. (5 часов).								
93	ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Высокий старт (15-30 м).	4 нед апр		Повторение техники высокого старта. Бег по дистанции (40-50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов.	Высокий старт (15-30 м). Стартовый разгон, бег по дистанции (40-50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Встречные эстафеты. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Определение результатов в спринтерском беге.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
94	Бег по дистанции (40-50 м). Специальные беговые упражнения	1 нед май		Повторение техники высокого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из различных положений.	Высокий старт (15-30 м). Бег по дистанции (40-50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Встречные эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из	Выполняют бег с максимальной скоростью 40-50м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					различных положений.		физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	из спорных ситуаций
95	Высокий старт (15-30 м). Финиширование. Тестирование - бег 30м.	1 нед май		Повторение техники высокого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из различных положений. Проведение тестирования по бегу 30м	Высокий старт (15-30 м). Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Линейная эстафета.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)
96	Бег по дистанции (50 -60 м). Финиширование.	2 нед май		Повторение техники высокого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из различных положений.	Высокий старт (15-30 м). Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Линейная эстафета. Старты из различных положений. Развитие скоростных качеств.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
97	Бег (60м) на результат. Эстафеты.	2 нед май		Учет результата по бегу на (60 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Бег (60м) на результат. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
Прыжок в высоту. Метание малого мяча. (5 часов).								
98	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега и отталкивание. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на заданное расстояние. Тестирован	3 нед май		Совершенствовать технику прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега и отталкивание. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на заданное расстояние. ОРУ. Повторить правила соревнований по прыжкам в	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега и отталкивание. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на заданное расстояние. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ие – бег (1000м).			высоту. Провести тестирование – бег (1000м).	Правила соревнований по прыжкам в высоту.			
99	Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. Прыжок в высоту.	3 нед май		Совершенствовать метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Повторить правила соревнований в метании мяча.	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Переход через планку. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метании мяча.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	<i>Самоопределение</i> – осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов
100	Оценка техники метания теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность.	3 нед май		Оценка техники метания теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. Совершенствовать технику прыжка в высоту с 7-9 шагов	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Приземление. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. ОРУ.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств,	Р: <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				разбега способом «перешагивание».	Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	повышение функциональных возможностей основных систем организма	кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
10 1	Оценка техники прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание».	4 нед май		Оценка техники прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Совершенствовать метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность.	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	Р: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
10 2	Соревнования по легкой атлетике.	4 нед май		Провести соревнования по легкой атлетике.	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. ОРУ.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отно-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	шения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	

102 часа

Календарно – тематическое планирование по физической культуре для учащихся 8 классов – 3 часа в неделю.

№ уро ка	Наименован ие раздела программы	Тема урока	Кол – во часов	Тип урока	Элементы содержания	Планируемые результаты освоения обучающимися раздела темы	Вид контроля	Д/З	Дата проведения	
									план	факт
1.	<i>Легкая атлетика</i> Спринтерский бег	Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон	11	Обучение	Инструктаж по Т.Б. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (40 – 60 м) с максимальной скоростью. Старты из различных И. П.	Уметь демонстрировать Стартовый разгон в беге на короткие дистанции	текущий	Комп. № 1		
2.		Высокий старт		Обучение	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Высокий старт и скоростной бег до 60 метров .Финиширование	Уметь демонстрировать технику низкого старта	текущий	Прыжок с подтягив анием ног к груди 8- 10 раз. №1		
3.		Финальное усилие. Эстафеты.		комплексн ый	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (3-	Уметь демонстрировать финальное усилие в беге.	текущий	К. упр. № 1		

					60)метров. Эстафеты, передача палочки					
4.		Развитие скоростных способностей.		совершенство	Специальные беговые упражнения Бег 60 метров – на результат. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Правило соревнований в спринтерском беге. Учебная игра.	(юн.) «5» - 9.5; «4» - 9.8; «3» - 10.2 (дев.) «5» - 9.8; «4» - 10.4; «3» - 10.9	Контрольный	К. упр. № 1		
5.		Развитие скоростной выносливости		комплексный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег в равномерном темпе до 20 мин- мальчики. Девочки до 15 мин... Бег 2000м Учебная игра.	Уметь демонстрировать физические кондиции (скоростную выносливость).	текущий	Подтягивание мальчик и 8-10 раз, отжимание дев18 раз.		

6.	На овладение техникой метание мяча	Развитие скоростно-силовых способностей.		обучение	ОРУ с теннисным мячом комплекс. Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Броски набивных мячей: двумя руками из различных и.п. стоя грудью и боком в направлении метания с места, с шага, с двух шагов, с трех вперед-	Уметь демонстрировать отведение руки для замаха.	текущий	К. упр. № 1		
----	------------------------------------	--	--	----------	--	--	---------	-------------	--	--

					вверх, снизу вверх на заданную и максимальную высоту. Ловля двумя руками после броска партера, после броска вверх– 2 кг. Метание на заданное расстояние. Метание т/мяча на дальность отскока от стены с места и с шага. Метание на дальность в коридоре 5-6 метров.					
7.		Метание мяча в цель и дальность.		комплексный	ОРУ . Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Челночный бег – на результат. Метание теннисного мяча на дальность отскока от стены с места , с шага, с трех шагов.. Метание в горизонтальную и вертикальную цели (1x1) с расстояния 10 – 12м.	Уметь продемонстрировать финальное усилие.	текущий	Упражнение на пресс 20-25раз		
8.		Метание мяча на дальность.		совершенствование	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь	Уметь продемонстрировать технику в целом. (юн.) «5» - 35;	текущий	К.упр. № 1		

					вверх; то же но через набивные мячи, расставленные низкие барьеры; то же, но на скамью высотой 20 -40 см). Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность в коридор 10 м и заданное расстояние.	«4» - 30; «3» - 28 (дев.) «5» - 28; «4» - 24; «3» - 20				
9.		Бег на средние дистанции и длинные дистанции		комплексный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег 1500 м и 2000м. - без учета времени. История отечественного спорта.	Уметь бегать в равномерном темпе до 15 мин.	текущий	К. упр. № 1		
10.	Овладение техникой прыжка в длину с места и разбега.	Развитие силовых и координационных способностей.		Совершенствование	Комплекс с набивными мячами (до 1 кг). Специальные беговые упражнения. Прыжки в длину с места – на результат. Прыжок через препятствие (с 9 -11 беговых шагов), установленное у места приземления, с целью отработки движения ног вперед.	Уметь продемонстрировать технику прыжка в длину с места.	текущий	Овладение техникой прыжка в длину. К. упр. № 2		

11.		Прыжок в длину.		Совершенство	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Прыжки в длину – на результат. Учебная игра	(юн.) «5» - 105; «4» - 95; «3» - 85 (дев.) «5» - 100; «4» - 90; «3» - 80		«Пистолет» (приседание на одной ноге) 10-12		
1.	<i>Баскетбол</i>	На овладение техникой передвижений стойки, повороты, остановки.	13	совершенство	Инструктаж Т.Б. по баскетболу. ОРУ с мячом. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Развитие координационных способностей. Терминология игры в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	Уметь выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, повороты)	текущий	К. упр. № 2		
2.		На овладение техникой передвижений			ОРУ с мячом. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами	Уметь выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижений	текущий	К. упр. № 2		

		стойки ,повороты, остановки.		совершенство	и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Развитие координационных способностей.	(перемещения в стойке, остановка, повороты)				
3-4		На освоение ловли и передача мяча.		обучение	Комплекс упражнений в движении. . Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника в парах, тройках, квадрате, круге.	Уметь выполнять различные варианты передачи мяча	текущий	К. упр. № 2		
5-6		На освоение техники ведение мяча.		комплексный	Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ. Ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения скорости; ведение с пассивным сопротивлением	Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	текущий	Подтягивание в висе девочки 18 раз, мальчик и 22 раз. № 2		

					защитника ведущей и неведущей рукой. Игра в мини- баскетбол					
7-8		На овладение техникой бросков мяча		комплексный	ОРУ с мячом. Ловли и передачи мя, ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника, то же с пассивным противодействием. Игра в мини- баскетбол		текущий	К. упр. № 2		
9-10		Тактика свободного нападения		комплексный	ОРУ с мячом. Ведения мяча. Ловля и передача мяча. Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте –	Корректировка техники ведения мяча.	текущий	К. упр. № 3		

					бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину с расстояния 4.80м. в прыжке. Позиционное нападение с изменением позиций. Игра в мини-баскетбол					
11-12		Вырывание и выбивание мяча.		Обучение	ОРУ . Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте. Вырывание мяча и выбивание мяча и перехват Учебная игра	Уметь выполнять ведение мяча в движении.	текущий	К. упр. № 3		
13		На освоение тактики игры		Обучение	ОРУ с мячом. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом (2:1). Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций Учебная игра.		текущий	Прыжки через скакалку (мальчики 90раз, девочки 110 раз). Комп. № 3		

		На освоение тактики игры		Обучение	ОРУ с мячом. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом (2:1).		текущий	Прыжки через скакалку (мальчики 90раз, девочки 110 раз)		
--	--	--------------------------	--	----------	--	--	---------	---	--	--

№ урока	Наименование раздела программы	Тема урока	Кол – во часов	Тип урока	Элементы содержания	Планируемые результаты освоения обучающимися раздела темы	Вид контроля	Д/З	Дата проведения	
									план	факт
1.	<i>Гимнастика</i> С элементами акробатики.	На освоение строевых упражнений	18	комплексный	Инструктаж по Т.Б. Выполнение строевых команд «Пол-оборота на право!», «Пол-оборота на лево!», «Полшага!», «Полный шаг!». Перестроения.		текущий	К. упр. № 3		

2 - 3		Акробатическое упражнения		комплексный	ОРУ в парах. Мальчики: кувырок вперед в стойку на лопатах; стойка на голове с согнутыми ногами, Девочки: кувырок назад в полушпагат; стойка на лопатках, перекаты. Упражнения на гибкость. Упражнения на пресс. Подтягивание: юноши - на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине.	Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход	текущий	Прыжок с подтягиванием ног к груди 8-10 раз. Комп. №4		
-------	--	---------------------------	--	-------------	--	--	---------	--	--	--

4-5		Акробатическое упражнения		комплексный	ОРУ в парах. Мальчики: кувырок вперед в стойку на лопатах; стойка на голове с согнутыми ногами, Девочки: кувырок назад в полушпагат; стойка на лопатках, перекаты. Упражнения на гибкость. Упражнения на пресс. Подтягивание: юноши - на высокой перекладине,	Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход	текущий	Прыжок с подтягиванием ног к груди 8-10 раз. К. упр. № 4		
-----	--	---------------------------	--	-------------	---	--	---------	---	--	--

					девушки – на низкой перекладине.					
6-7-8		Развитие гибкости		совершенствование	ОРУ с предметами , с партнером, на гимнастической стенке. Комбинации из ранее освоенных акробатических элементов. Прыжки «змейкой» через скамейку. Броски набивного мяча до 2 кг.	Уметь демонстрировать комплекс акробатических упражнений.	текущий	Подтягивание мальчики 7- 9 раз, отжимание девочки 18 раз. К. упр. № 4		
9-10		На освоение и совершенствование висов и упоров.		комплексный	ОРУ комплекс с гимнастическими палками. Совершенствование упражнений в висах и упорах: Мальчики Вскок в вис, передвижение в висе; махом назад соскок упражнения на высокой перекладине: махи и перемахи; вис согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе и вис на согнутых руках; поднятие прямых ног в висе. Девочки – толчком ног упор на	Корректировка техники выполнения упражнений	текущий	Сгибание туловища -20-22 раз (с незафиксированными ногами) К. упр. № 4		

					перекладине, упражнения на низкой перекладине: смешанные висы; подтягивание из виса лежа, соскоки с поворотом и без.					
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

11 - 12- 13		Развитие силовых способностей		комплексный	ОРУ на осанку. Подтягивание из виса (юноши), из виса лежа (девушки). Броски набивного мяча из – за головы (сидя, стоя), назад (через голову, между ног), от груди двумя руками или одной, сбоку одной рукой. Упражнения для мышц брюшного пресса на гимнастической скамейке и стенке. Подтягивание: юноши - на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине – на результат	Корректировка техники выполнения упражнений	текущий	«Пистолет» (приседание на одной ноге) 10- 12раз К. упр. № 5		
-------------------	--	-------------------------------------	--	-------------	--	--	---------	--	--	--

14-15-16		На освоение опорных прыжков.		комплексный	ОРУ . Лазанье по канату. Эстафеты. Прыжки со скакалкой. Мальчики- прыжок согнув ноги (козел в ширину ,высоту 100-115см), Девочки прыжок ноги врозь (козел в ширину высота 105-110 см).		текущий	Подтягивание в висе девочки 17 раз, мальчики 20 раз. К. упр. № 5		
17 - 18		Развитие скоростно-силовых способностей.		комплексный	ОРУ. Броски набивного мяча из – за головы (сидя, стоя), назад (через голову, между ног), от груди двумя руками или одной, сбоку одной рукой. Сгибание и разгибание рук в упоре: мальчики от пола, ноги на гимнастической скамейке; девочки с опорой руками на гимнастическую скамейку. Опорный прыжок: вскок в упор присев.	Корректировка техники выполнения упражнений. Дозировка индивидуальная	текущий	Выпрямление туловища из положения сед, упор сзади 18-20 раз. К. упр. № 5		

1-2	<i>Волейбол</i>	На овладение техникой передвижения, остановок, поворотов и стоек	5	совершенство вание	Инструктаж Т.Б. по волейболу. ОРУ. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения) Эстафеты, игровые упражнения. Повторение ранее пройденного материала. Терминология избранной игры, правило и организация избранной игры.	Дозировка индивидуальная	текущий	Упор присев – упор лежа 14-16 раз № 7		
3-4-5		На освоение технике приема и передач мяча.		обучение	ОРУ. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Имитация передачи мяча на месте и после перемещения вперед двумя руками; освоение расположения кистей и пальцев рук на мяче; передача мяча над собой; то же через	Корректировка техники выполнения упражнений	текущий	Подъем прямых ног и рук из положения лежа на животе 14-16 раз К. упр. №7		

					<p>сетку, передача сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед в парах. Передача мяча в стену: в движении, перемещаясь вправо, влево приставным шагом; передач мяча в парах: встречная, над собой – партнеру; передача мяча в парах через сетку; прием и передача мяча снизу двумя руками: а) в парах с набрасыванием партнером; б) у стены над собой; в) сочетание верхней и нижней передачи в парах. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

№ уро ка	Наименован ие раздела программы	Тема урока	Кол – во часов	Тип урока	Элементы содержания	Планируемые результаты освоения обучающимися раздела темы	Вид контроля	Д/З	Дата проведения	
									план	факт

1	<i>Лыжная подготовка</i>	На освоение техники лыжных ходов.	18	Повторно- обобщающи й	Правила техники безопасности на уроках лыжной подготовки. Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Требование к одежде, обуви. Оказание помощи при обморожении. Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции до 4км по пересеченной местности в медленном темпе (лыжная прогулка). Эстафета с передачей палок	Уметь преодолевать дистанцию в медленном темпе и скользить на лыжах без палок.	Устный опрос. Индивидуа льный контроль: корректиро вка техники скользящег о шага	К. упр. № 6		
2-3		Одновременный одношажный ход		Урок изучения нового материала	Обучение одновременному бесшажному, одновременному двухшажному ходу. Закрепление техники	Демонстрировать технику попеременного двухшажного хода.	Индивидуаль ный контроль: корректировка а техники	Выпрям ление туловищ а из положен ия сед,		

					одновременного одношажного хода Совершенствование техники одновременно одношажного хода. Прохождение дистанции 4км со средней скоростью.»Остановка рывком»		лыжных ходов	упор сзади 18-20 раз К. упр. № 6		
4		Одновременный одношажный ход		Совершенство вание	Закрепление техники работы рук в одновременном одношажном ходе Совершенствование техники попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 4 км	Демонстрировать технику одновременного бесшажного хода, подъем «полуёлочкой» проходить дистанцию до 1км.	Контрольное прохождение дистанции 1 км	К. упр. № 6		
5		Одновременный одношажный ход		Комбинированный	Совершенствование техники одновременно одношажного хода на отрезках во время прохождения дистанции 1000 м (на разминке). Выполнение спусков в основной и низкой стойке с заданием.	Демонстрировать технику одновременного двухшажного хода.	Индивидуальный контроль: корректировка техники одновременного бесшажного хода	К. упр. № 6		

6		Одновременный одношажный ход		Урок контроля знаний и умений	Имитация лыжных ходов. Прохождение на лыжах дистанции 1,5км без учета времени. Подъёмы «полуелочкой» и «елочкой». Спуски в основной стойке с небольших уклонов	Демонстрировать технику попеременного двухшажного хода на дистанции 1,5 км в медленном темпе	Контрольное прохождение дистанции 1,5 км	«Складной ножик» 14-16 раз К. упр. № 6		
7		Подъём, спуск, торможение		Урок изучения нового материала	Закрепление техники подъема «полуелочкой», «елочкой» и спуска в основной и низкой стойке. Подъём в гору скользящим шагом. Обучение торможению и поворот махом. Прохождение дистанции до 3.5 км с применением изученных ходов.	Уметь выполнять подъемы и спуски в основной на пологих уклонах	Индивидуальный контроль: корректировка техники одновременного бесшажного хода	К. упр. № 6		
8		Подъём, спуск, торможение		Комбинированный	Преодоление бугров и впадин с использованием разных способов передвижения на лыжах (дистанция до 1500 м). Закрепление техники торможения упором, подъёма и спуска.	Уметь преодолевать препятствия разными способами передвижения на лыжах	Индивидуальный контроль: коррекция техники лыжных ходов и торможения	К. упр. № 6		

9-10		Переход с одновременно одношажного хода на двухшажный ход.		Урок изучения нового материала	Прохождение дистанции по пересеченной местности до 2 км в медленном темпе с применением изученных лыжных ходов. Обучение техники перехода без шага (с одновременным отталкиванием палками); перехода с шагом.	Уметь выполнять поворот переступанием	Индивидуальный контроль: коррекция техники перехода	«Пистолет» 8 -10 раз К. упр. № 6		
11-12		Преодоление бугров и впадин		Повторно-обобщающий урок	Подъем «ёлочкой, полуёлочкой». Прохождение на лыжах дистанции 2 км на время. Обучение технике поворота переступанием. Закрепление техники торможения «махом». Терминология лыжных ходов.	Уметь выполнять подъем спуск, поворот и торможение. Проходить дистанцию 2 км. Знать терминологию.	Контрольное упражнение: бег на лыжах 2км	К. упр. № 6		
13		Поворот на месте «махом».		Урок изучения нового материала	Обучение повороту «махом». Совершенствование техники перехода с одновременных на попеременный двухшажный ход. Прохождение на лыжах дистанции 4 км.	Уметь выполнять поворот упором; производить отталкивание скользящим упором (толчок ребром лыжи)	Индивидуальный контроль: корректировка техники поворота переступанием	Касание ногами за головой с медленным опусканием ног 14-16 раз К. упр. № 6		

14-15		Поворотов на спуске.		Комбинированный	Повороты плугом, переступанием. Прохождение отрезков дистанции коньковым ходом. Прохождение дистанции до 800м попеременным двухшажным ходом и одновременным бесшажным ходом. Подвижные игры с элементами лыжной подготовки: «препятствием», «Карельская гонка» и др.	Уметь выполнять изученные повороты и лыжные хода; в коньковом ходе производить отталкивание скользящим упором (толчок ребром лыжи)	Индивидуальный контроль: коррективк а техники лыжных ходов	К. упр. № 7		
16		Прохождение дистанции 4 км		Комбинированный	Принять на оценку технику торможения «плугом». Совершенствовать технику торможения «упором», поворота переступанием в конце уклона. Пройти дистанцию до 3 км по среднепересеченной мес.	Уметь правильно распределять силы при прохождении дистанции до 3 км, выполнять технику торможения «плугом».	Контрольное прохождение дистанции 3км без учета времени	Скрестное касание из упора сзади 16-18 раз № 7		
17		Прохождение дистанции 3 км		Урок-соревнования	Прохождение дистанции 3 км в соревновательном темпе. Спуски с поворотом переступанием	Уметь преодолевать дистанцию 3км в	Контрольное упражнение: бег на	К. упр. № 7		

				ние	в конце уклона. Подвижные игры по выбору: «С горы в ворота», «Гонка с выбыванием».	соревновательном темпе	лыжах 3 км			
--	--	--	--	-----	---	------------------------	------------	--	--	--

18		Способы подъёма, спуска и торможения		Комбинированный	Прохождение дистанции до 500 м. Для развития скоростной выносливости провести скоростную встречную эстафету (2-3 раза) с этапом до 50 м в 4-5 командах. Совершенствование техники лыжных ходов в игре «Гонка с преследованием» Спуски с заданием. Подведение итогов лыжной подготовки.	Уметь выполнять торможения плугом; спуски в основной, средней и низкой стойках. Знать названия лыжных ходов, уметь их демонстрировать.	Итоговый контроль	Выпрыгивание из приседа 14-16 раз К. упр. № 7		
1	<i>Волейбол</i>	На овладение техникой передвижения, остановок, поворотов и стоек	13	совершенствование	Инструктаж Т.Б. по волейболу. ОРУ. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения) Эстафеты, игровые упражнения. Повторение ранее пройденного материала.	Дозировка индивидуальная	текущий	Упор присев – упор лежа 14-16 раз № 7		

					Терминология избранной игры, правило и организация избранной игры.					
2-3		На освоение техники приема и передач мяча.		обучение	ОРУ. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Имитация передачи мяча на месте и после перемещения вперед двумя руками; освоение расположения кистей и пальцев рук на мяче; передача мяча над собой; то же через сетку, передача сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед в парах. Передача мяча в стену: в движении, перемещаясь вправо, влево приставным шагом; передач мяча в парах: встречная, над собой – партнеру; передача мяча в парах через сетку; прием и передача мяча снизу двумя руками: а) в парах с набрасыванием партнером; б) у стены	Корректировка техники выполнения упражнений	текущий	Подъем прямых ног и рук из положения лежа на животе 14-16 раз К. упр. №7		

					над собой; в) сочетание верхней и нижней передачи в парах. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.					
4-5		На освоение техники нижней прямой подача мяча.		Обучение	ОРУ. Нижняя прямая подача мяча: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку . Учебная игра	Корректировка техники выполнения упражнений Дозировка индивидуальная	текущий	Прыжок с подтягиванием колен к груди 14-16 раз		
6-7-8		На освоение техники прямого нападающего удара		совершенствование	ОРУ. Верхняя прямая и нижняя подача. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером , разбег, прыжок и отталкивание (шаги по разметке, длина разбега 2 -4 м (3 шага); имитация замаха и удара кистью по мячу; бросок теннисного мяча через сетку в прыжке с разбега; прямой н/у после подбрасывания мяча .Игра по	Уметь продемонстрировать технику.	текущий	Подъем с касанием руками пола из положения лежа на животе, руки соединены за спиной, ноги на ширине		

					упрощенным правилам мини-волейбола.			плеч, 14-16 раз.		
9-10		Развитие координационных способностей.		комплексный	ОРУ. Упражнения по овладению и совершенствованию в технике, бег с изменением направления, скорости, челночный бег с ведением и без ведения мяча, метание, жонглирование. Прием и передача. Нижняя подача мяча. Игровые задания с ограниченным числом игроков (2:1,3:1, 2 : 2, 3 : 2, 3 : 3) и на укороченных площадках. Учебная игра по упрощенным правилам	Корректировка техники выполнения упражнений	текущий	Подниманиетуловища со скрестным касанием локтем колена 14-16 раз. К. упр. № 8		
11-12-13		На освоение тактики игры.		комплексный	ОРУ. Прием и передача. Нижняя подача мяча. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение с изменениями позиций игроков . Броски набивного мяча через голову в парах.	Корректировка техники выполнения упражнений	текущий	К. упр. № 8		

№ уро ка	Наименован ие раздела программы	Тема урока	Кол – во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля	Д/З	Дата проведения	
									план	факт
1	<i>Легкая атлетика</i>	Овладение техникой прыжка в высоту	3	Изучение нового материала	Инструктаж по Т.Б. 1. Учить перестроению дроблением и сведением. Спец. Беговые прыжковые упражнения. 2. Повторить упражнения с гимнастической скакалкой. 3. Учить с 5-7 шагов разбег к прыжкам в высоту «перешагиванием» (подбор разбега, отталкивание) 4. Провести игру «Перестрелка». Бег в медленном темпе 2 минуту.	Уметь: Прыгать в высоту с разбега. Выполнять беговые и прыжковые упр., Играть в игру. Знать: Технику прыжка в высоту, фазы прыжка. Правила игры.	текущий	К. упр. № 8		

2		На освоение техники прыжка в высоту.		Комплексный	<p>1. Повторить содержание предыдущего урока, закрепляя подбор разбега, отталкивания, переход через планку с 5-7 шагов.</p> <p>2. Провести игру «Перестрелка».</p> <p>3. Бег в медленном темпе 2 минуты.</p> <p>4. Повторить технику метания в цель.</p>	<p>Уметь: Прыгать в высоту с разбега. Играть в игру.</p> <p>Знать: Технику прыжка в высоту, фазы прыжка. Правила игры.</p>	Текущий	К. упр. № 8		
3		Оценивание прыжка в высоту.		Комплексный	<p>1. Продолжить работу по развитию качества выносливости — медленный бег до 3-х минут с 2-3 ускорениями до 20 метров.</p> <p>2. Принять на оценку - прыжок в высоту.</p> <p>3. Разделить класс на 4 равные команды, совершенствовать метание в цель через игру «Перестрелка».</p>	<p>Уметь: Прыгать в высоту с разбега. Играть в игру.</p> <p>Выполнять длительный бег.</p> <p>Знать: Технику прыжка в высоту, фазы прыжка. Правила игры.</p>	Контрольный М:125,115, 105 Д: 115,105, 95	К. упр. № 8		

1-2	<i>Баскетбол</i>	На освоение тактики игры	14	Обучение	ОРУ с мячом. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом (2:1). Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций Учебная игра.		текущий	Прыжки через скакалку (мальчики 90раз, девочки 110 раз).		
3-4-5		На освоение тактики игры		Обучение	ОРУ с мячом. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом (2:1). Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций Учебная игра.		текущий	Прыжки через скакалку (мальчики 90раз, девочки 110 раз). К. упр. № 3		
6-7-8		Взаимодействие двух игроков		Обучение	ОРУ . Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – обводка четырех стоек – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Взаимодействие двух		текущий	К. упр. № 8		

					игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.					
9-10-11		На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей		комплексный	Упражнения для рук и плечевого пояса. Челночный бег с ведением и без ведения мяча. В парах передача набивного мяча. Игровые задания: 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Учебная игра по правилам мини-баскетбола	Уметь применять в игре защитные действия	текущий	Подъем ног с медленным опусканием в упоре сидя 16 раз		

12-13-14		На овладение игрой		комплексный	Учебная игра по правилам баскетбола	Уметь применять в игре защитные действия	текущий	К. упр. № 9		
1	<i>Легкая атлетика</i>	Высокий и низкий старт	7	Совершенствования	Т.Б. на уроках. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 40– до 60 метров. Бег со старта – 30 метров. С низкого на 60 м	Уметь демонстрировать технику старта	текущий	К. упр. № 9		

2		Высокий и низкий старт. метания мяча на дальность и в цель.		комплексный	Бег на результат на 60 метров. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. Метание в горизонтальную и вертикальную цели (1x1) с расстояния 10 – 12 м.	Уметь демонстрировать технику в целом.	текущий	К.упр. № 9		
3-4		Метание, прыжки.		Совершенствования	Метание мяча на дальность полёта 150 гр. Техника прыжка в длину с разбега.	Уметь демонстрировать технику в целом. Метание(юн.) «5» - 34; «4» - 27; «3» - 20 (дев.) «5» - 21; «4» - 17; «3» - 14	контрольный	К.упр. № 9		
5-6		Овладение техникой длительного бега Прыжки		комплексный	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Бег 1500 м - без учета времени. История отечественного спорта. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	Демонстрировать технику гладкого бега по стадиону. (юн.) «5» - 8.50; «4» - 9.30; «3» - 10.0 (дев.) «5» - 9.0; «4» - 9.40; «3» - 10.30	смешанный	Отжимание от пола 18-22 раз		

7		Скоростно-силовые качества		комплексный	ОРУ . Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Челночный бег – на результат.	Уметь демонстрировать финальное усилие.	текущий	К. упр. № 9		
---	--	----------------------------	--	-------------	---	---	---------	-------------	--	--

Всего: 102 урока за год

Календарно-тематическое планирование 9 класс

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Легкая атлетика (10часов). Спринтерский бег, эстафетный бег (5часов).								
1.	ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Техника спринтерского бега. Низкий старт.	1нед сент		Ознакомление учеников с техникой безопасности во время занятий физической культурой, обучение технике низкого старта, стартового разгона	Низкий старт (до 30 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ.	Формирование представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное,	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; уметь выстраивать последовательность действий, выполнять подводящие упражнения; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения двигательных качеств с учетом возникших трудностей и ошибок; намечать способы их устранения; анализировать эмоциональные состояния, полученные от	Оценивать положительный эффект от занятий физической культурой; получать мышечную радость от занятий физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий; анализировать и характеризовать эмоциональные

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации. Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	успешной (неуспешной) деятельности. Познавательные: фиксировать результаты освоения двигательных действий; выполнять пробное учебное действие; воспроизводить по памяти информацию (подводящие упражнения, их последовательность) необходимую освоения	состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
2	Техника спринтерского бега. Эстафетный бег.	2 нед сент		Повторение техники низкого старта. Бег по дистанции (70-80 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов.	Низкий старт (до 30м). Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательным действиям.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м. Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег.	двигательных действий; устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате. Коммуникативные: находить информацию, которая может помочь в освоении двигательных действий; строить диалогическое	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
3	Круговая эстафета. Тестирование - бег 30м.	2 нед сент		Повторение техники низкого старта. Круговая эстафета, передача эстафетной палочки. ОРУ. Специальные беговые упражнения, Проведение тестирования по бегу 30м		Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета; описывать двигательное действие, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию; воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся.	
4.	Бег по дистанции (70-80м). Финиширование.	2 нед сент		Повторение техники низкого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафетный бег (круговая эстафета).	Низкий старт (до 30 м). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.		
5.	Бег на результат (60.м). Специальные беговые упражнения	3 нед сент		Повторение техники низкого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ.	Бег на результат (60.м). Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. Развитие	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				Эстафетный бег (круговая эстафета).	скоростных качеств	ее по частоте сердечных сокращений. Бег на результат (60.м).		
Прыжки в длину, метание мяча (3 часа)								
6.	Техника прыжка в длину способом «согнув ноги». Отталкивание. Метание мяча на дальность.	3 нед сент		Обучение технике прыжка в длину с 7-9 шагов. Подбор разбега, отталкивание. Повторение техники метания теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов.	Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча на дальность с места. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. История отечественного спорта.	Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают правила безопасности при метании.	Регулятивные: осуществлять итоговый контроль двигательного действия и контроль отдельных элементов, подводящих упражнений; оценивать результаты деятельности; фиксировать индивидуальные затруднения в пробном действии; анализировать собственную работу: выделять отдельные элементы и оценивать меру освоения каждого, находить	Выражать положительное отношение к процессу освоения новых двигательных действий; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность,
7.	Техника прыжка в длину способом	3 нед сент		Повторение техники прыжка в длину с 7-9 шагов.	Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 11-13 беговых шагов.	Применяют прыжковые упражнения.		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	«согнув ноги». Приземление. Метание. Тестирование – подтягивание.			Подбор разбега, отталкивание. Повторение техники метания теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов. Провести тестирование – подтягивание.	Приземление. Метание мяча на дальность с разбега. Специальные беговые упражнения.	Соблюдают правила безопасности при метании. Провести тестирование – подтягивание.	ошибки, устанавливать их причины; оценивать уровень усвоения двигательного действия. Познавательные: составлять план действий, направленный на выполнение двигательного действия; выбирать подводящие упражнения, необходимые для достижения результата;	причины неудач, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
8.	Прыжок в длину с разбега на результат. Оценка техники метания мяча на дальность.	4 нед сент		Прыжок в длину с разбега на результат. Оценка техники метания мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Прыжок в длину с разбега на результат. Метание мяча на дальность с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	предлагать собственные нестандартные способы достижения результата. Коммуникативные: находить информацию, которая может помочь в освоении двигательных действий; строить диалогическое высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета; описывать двигательное действие, используя	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							выразительные средства языка и соответствующую терминологию; воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся.	
Бег на средние дистанции (2 часа)								
9.	Специальные беговые упражнения · Тестирование – бег (1000м).	4 нед сент		Провести тестирование – бег (1000м). Специальные беговые упражнения.	Бег (2000 м - м. и 1500 м - д.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости.	Тестирование – бег (1000м).		
10	Бег (2000 м, - м. и 1500 м – д.). ОРУ. Специальные беговые упражнения ·	4 нед сент		Развитие выносливости. Бег (2000 м, - м. и 1500 м – д.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта».	Бег (2000 м, - м. и 1500 м – д.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				Правила соревнований.		сердечных сокращений.		
Баскетбол (11 часов)								
11	ИОТ при проведении занятий по баскетболу. Сочетание приемов передач, ведения и бросков.	5 нед сент		Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Правила игры в баскетбол.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра. Правила баскетбола.	Изучают историю баскетбола. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Соблюдают правила безопасности.	Регулятивные: удерживать целевые установки деятельности до получения ее результата (возможно промежуточного); ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; уметь выстраивать последовательность действий, на основе ранее изученных и освоенных элементов;	Проявлять интерес к спортивным достижениям своей страны; оценивать положительный эффект от занятий физической культурой; получать мышечную радость от занятий физической культурой;

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
12	Техника броска двумя руками от головы в прыжке. Тестирование – прыжок в длину с места.	5 нед сент		Разучить технику броска двумя руками от головы в прыжке. Провести тестирование – прыжок в длину с места.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	выполнять подводящие упражнения; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения тактики игры с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения; анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности.	оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий; осознавать себя членом команды; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
13	Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра. Тестирование - поднимание туловища	5 нед сент		Совершенствовать технику броска двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра. Провести тестирование - поднимание туловища за 30 сек.		Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных фор-	Осуществлять итоговый контроль освоения тактики игры с позиции успешности; анализировать результаты деятельности: находить ошибки, устанавливая их причины; оценивать уровень усвоения тактических приемов.	Выражать положительное отношение к процессу освоения тактики игры;

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						мах игровой деятельности	Познавательные: фиксировать результаты освоения тактики игры; воспроизводить по памяти информацию необходимую для освоения тактики игры;	оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;
14	Техника броска одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Тестирование – наклон вперед, стоя.	1 нед окт		Разучить технику броска одной рукой от плеча в прыжке. Совершенствовать технику броска двумя руками от головы с места. Провести тестирование – наклон вперед, стоя...	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2 x 2). Учебная игра	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	применять таблицы, схемы для освоения тактики. Устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате; выполнять задания (приемы) не имеющие однозначного решения; сравнивать информацию, поступившую из разных источников и выбирать нужную; осознанное и произвольное построение речевого высказывания. Составлять план действий, направленный на достижение конечного результата;	считаться с высказываниями другого человека. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
15	Сочетание приемов передач, ведения и	1 нед окт		Совершенствовать сочетание приемов передач, ведения и	Сочетание приемов передвижений и	Овладение основами технических		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	бросков. Штрафной бросок.			бросков. Штрафной бросок.	остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3 x 3). Учебная игра.	действий, приемами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности	выбирать и комбинировать тактические элементы, необходимые для достижения результата; предлагать собственные нестандартные способы достижения результата. Коммуникативные: находить информацию, которая может помочь в освоении тактики игры; отбирать информацию, соответствующую уровню подготовки команды. Строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета;	
16	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3 x 3).	1 нед окт		Разучить позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3 x 3). Игра в мини-баскетбол. Развитие		Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные	описывать тактику, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию;	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				координационных способностей.		ошибки. Освоить технику ведения мяча.	воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся; выявлять и разрешать	
17	Позиционное нападение со сменой мест. Штрафной бросок.	2 нед окт		Разучить систему позиционного нападения со сменой мест. Штрафной бросок. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.	Уметь выполнять различные варианты ведения мяча. Совершенство вание физических способностей и их влияние на физическое развитие.	конфликты; управлять поведением, корректировать поведение партнёра; учитывать разные мнения; аргументировано высказывать свое мнение.	
18	Оценка техники штрафного броска. Учебная игра.	2 нед окт		Совершенствование сочетания приемов передвижений и остановок игрока, ведения мяча с сопротивлением на месте. Оценка техники		Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				штрафного броска. Учебная игра.		устраняя типичные ошибки.		
19	Техника броска одной рукой от плеча в прыжке. Учебная игра	2 нед окт		Совершенствовать технику броска одной рукой от плеча в прыжке. Учебная игра Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях(2х2). Учебная игра	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности		
20	Позиционное нападение и личная защита в игровых	3 нед окт		Совершенствовать систему позиционного нападения и		Описывают технику изучаемых игровых		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	взаимодействиях(2 х 2, 3 х 3).			личной защиты в игровых взаимодействиях (2 х 2, 3 х 3). Учебная игра. Развитие координационных способностей.		приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.		
21	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Игровые взаимодействия (3 х 3).	3 недели		Совершенствовать сочетание приемов передач, ведения и бросков. Игровые взаимодействия (3 х 3). Учебная игра.	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3 х 3). Учебная игра.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Спортивные игры. Волейбол. (6 часов)								
22	ИОТ при проведении занятий по волейболу. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах.	3 нед окт		Совершенствовать стойки и передвижения игрока. Развитие координационных способностей. Повторить технику безопасности по волейболу. Играть по упрощенным правилам.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей. ТБ на уроках.	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	Регулятивные: удерживать целевые установки деятельности до получения ее результата (возможно промежуточного); ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; уметь выстраивать последовательность действий, на основе ранее изученных и освоенных элементов; выполнять подводящие упражнения;	Проявлять интерес к спортивным достижениям своей страны; оценивать положительный эффект от занятий физической культурой; получать мышечную радость от занятий физической культурой;
23	Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача.	4 нед окт		Повторить комбинации из разученных перемещений. Ознакомить с техникой нападающего удара при встречных	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их	корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения тактики игры с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения;	оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий;

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				передачах. Нижняя прямая подача.	Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	самостоятельно	анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности. Осуществлять итоговый контроль освоения тактики игры с позиции успешности;	осознавать себя членом команды; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
24	Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах.	4 нед окт		Повторить комбинации из разученных перемещений, передачи мяча над собой во встречных колоннах. Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах через зону. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча	анализировать результаты деятельности: находить ошибки, устанавливая их причины; оценивать уровень усвоения тактических приемов. Познавательные: фиксировать результаты освоения тактики игры; воспроизводить по памяти информацию необходимую для освоения тактики игры;	Выражать положительное отношение к процессу освоения тактики игры; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу,
25	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах через зону.	4 нед окт		Совершенствовать передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах через		Осуществлять судейство игры. Демонстрировать технику передачи мяча	применять таблицы, схемы для освоения тактики. Устанавливать причинно-	учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу,

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Учебная игра.			зону. Учебная игра.		двумя руками сверху.	следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате;	ответственность, причины неудач;
26	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нижняя прямая подача.	5 нед окт		Совершенствовать передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нижняя прямая подача. Провести эстафеты, игру по упрощенным правилам.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола.	выполнять задания (приемы) не имеющие однозначного решения; сравнивать информацию, поступившую из разных источников и выбирать нужную; осознанное и произвольное построение речевого высказывания. Составлять план действий, направленный на достижение конечного результата;	считаться с высказываниями другого человека.
27	Нападающий удар при встречных передачах. Учебная игра.	1 нед нояб		Совершенствовать технику нападающего удара при встречных передачах. Игра по упрощенным правилам.		Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно.	выбирать и комбинировать тактические элементы, необходимые для достижения результата; предлагать собственные нестандартные способы достижения результата.	

Коммуникативные:

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							<p>находить информацию, которая может помочь в освоении тактики игры; отбирать информацию, соответствующую уровню подготовки команды. Строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета;</p> <p>описывать тактику, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию;</p> <p>воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся;</p> <p>выявлять и разрешать конфликты; управлять поведением, корректировать поведение партнёра.</p>	
Гимнастика (18 часов). Висы. Строевые упражнения (6 часов).								
28	ИОТ при проведении занятий по гимнастике.	2 нед нояб		Повторить правила поведения при проведении	Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивания в висе.	Соблюдают Т.Б. Изучают историю	Регулятивные:	Оценивать положительный эффект от

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Строевые упражнения . Висы.			занятий по гимнастике. Разучить выполнение команды «Прямо!», повороты направо, налево в движении, технику выполнения подъема переворотом. Подтягивания в висе.	Подъем переворотом силой (м) Подъем переворотом махом (д.). ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. Инструктаж по ТБ.	гимнастики. Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	<p>удерживать цель деятельности до получения желаемого результата; ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено;</p> <p>доводить до автоматизма выполнение отдельных двигательных действий;</p> <p>учитывать возможности своего организма;</p> <p>учитывать нормативные и контрольные требования при совершенствовании техники;</p>	<p>совершенствовани я техники двигательных действий;</p> <p>получать мышечную радость от занятий физической культурой;</p> <p>оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий;</p>
29	Техника выполнения подъема переворотом силой (м.). Подъем переворотом махом (д.).	2 нед нояб		Разучить подъем переворотом силой (м.). Подъем переворотом махом (д.). Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивания в висе. Подъем переворотом силой (м.) Подъем переворотом махом (д.). ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Изложение взглядов и отношений к физической, культуре, к	<p>корректировать деятельность: вносить изменения в процесс совершенствования техники двигательных действий с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения;</p> <p>анализировать физическое состояние организма;</p>	<p>анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои</p>

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					Развитие силовых способностей.	материальными и духовными ценностям.	анализировать эмоциональные состояния, полученные от деятельности. Осуществлять контроль состояния организма, не допускать переутомления;	взаимоотношения с их учетом. Выражать положительное отношение к процессу совершенствования двигательных действий;
30	Строевые упражнения . Подтягивания в висе.	2 нед нояб		Повторить подъем переворотом силой (м.). Подъем переворотом махом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	Переход с шага на месте на ходьбу в колонне. Подтягивания в висе. Подъем переворотом силой (м.) Подъем переворотом махом (д.). ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	Различают строевые команды, четко выполняют строевые приёмы.	оценивать конечные и промежуточные результаты деятельности; анализировать собственную работу: выделять отдельные элементы и оценивать меру освоения каждого, находить ошибки, устанавливать их причины.	оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.
31	Подъем переворота м. Упражнения на гимнастической скамейке.	3 нед нояб		Разучить выполнение комбинации на перекладине. Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении.	Разучить выполнение комбинации на перекладине. Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении.	Различают строевые команды, четко выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем	Познавательные: фиксировать результаты совершенствования техники освоения двигательных действий; знать способы самоконтроля состояния организма; воспроизводить по памяти информацию необходимую для совершенствования техники	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						переворотом в упор.	<p>двигательных действий. Устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате; переносить навыки выполнения двигательных действий из одной сферы деятельности в другую. Составлять план действий, направленный на совершенствование техники двигательного действия;</p> <p>выбирать подводящие упражнения, необходимые для достижения результата;</p> <p>подбирать упражнения для развития силы, быстроты, координации;</p> <p>предлагать собственные способы достижения результата.</p> <p>Коммуникативные:</p>	
32	Строевые упражнения . Подъем переворотом.	3 нед нояб		Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. Висы. ОРУ с гимнастической палкой.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор.			
33	Оценка техники выполнения подъема переворотом. Подтягивания в висе.	3 нед нояб		Оценка техники выполнения подъема переворотом. Подтягивания в висе.	Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в шеренге. Подтягивания в висе. Подъем переворотом силой (м.) Подъем переворотом махом (д.). ОРУ на месте.	Уметь демонстрировать технику выполнения упражнений. Подъем переворотом в упор. Выполнение подтягивания в висе.		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.		<p>находить информацию, которая может помочь в совершенствовании техники двигательных действий;</p> <p>отбирать нужную информацию, применять ее с учетом личных качеств и уровня подготовки.</p> <p>Строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета;</p> <p>описывать свои действия, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию;</p> <p>воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся;</p> <p>аргументировано высказывать свое мнение о способах совершенствования техники.</p>	
Опорный прыжок. Строевые упражнения. Лазание.(6 часов).								

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
34	Строевые упражнения . Техника прыжка ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.).	4 нед нояб		Разучить: технику прыжка ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.). Эстафеты. Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре в движении. Прыжок ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.). ОРУ с предметами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Лазание по канату в два приема.	Выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения желаемого результата; ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; доводить до автоматизма выполнение отдельных двигательных действий; учитывать возможности своего организма; учитывать нормативные и контрольные требования при совершенствовании техники; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс совершенствования техники двигательных действий с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения;	Оценивать положительный эффект от совершенствования техники двигательных действий; получать мышечную радость от занятий физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих,
35	Техника опорного прыжка. Лазание по канату в два приема.	4 нед нояб		Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении. Прыжок ноги врозь (м.).	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных		анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих,

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				движении. Техника прыжка ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.).	Прыжок боком (д.). ОРУ с гимнастическими палками. Лазание по канату в два приема. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	анализировать физическое состояние организма; анализировать эмоциональные состояния, полученные от деятельности. Осуществлять контроль состояния организма, не допускать переутомления;	строить свои взаимоотношения с их учетом. Выражать положительное отношение к процессу совершенствовани
36	Лазание по канату. ОРУ с гимнастическими палками.	4 нед нояб		Совершенствован ие прыжка ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.). ОРУ с гимнастическими палками. Развитие скоростно-силовых способностей.		Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)	оценивать конечные и промежуточные результаты деятельности; анализировать собственную работу: выделять отдельные элементы и оценивать меру освоения каждого, находить ошибки, устанавливая их причины.	я двигательных действий; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.
37	Техника опорного прыжка. ОРУ с обручами.	5 нед нояб		Совершенствован ие прыжка ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.). ОРУ с обручами. Развитие	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении. Прыжок ноги врозь (м.).	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных	Познавательные: фиксировать результаты совершенствования техники освоения двигательных действий; знать способы самоконтроля состояния организма;	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				скоростно-силовых способностей.	Прыжок боком (д.). ОРУ с обручами. Эстафеты. Лазание по канату в два приема. Развитие скоростно-силовых способностей.	физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	воспроизводить по памяти информацию необходимую для совершенствования техники двигательных действий. Устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате; переносить навыки выполнения двигательных действий из одной сферы деятельности в другую. Составлять план действий, направленный на совершенствование техники двигательного действия; выбирать подводящие упражнения, необходимые для достижения результата; подбирать упражнения для развития силы, быстроты, координации;	
38	Строевые упражнения . Лазание по канату в два приема. Эстафеты.	5 нед нояб		Совершенствование прыжка ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.). ОРУ с обручами. Строевые упражнения. Лазание по канату в два приема. Эстафеты.	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении. Прыжок ноги врозь (м.). Прыжок боком (д.). ОРУ с обручами. Эстафеты. Лазание по канату в два приема.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)		
39	Оценка техники выполнения опорного прыжка.	1 нед дек		Оценка техники выполнения опорного прыжка. Лазание по канату	Развитие скоростно-	Уметь демонстрировать выполнение		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Лазание по канату 6м - 12с (м).			6м -12с (м). Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	силовых способностей.	прыжка ноги врозь, выполнение комплекса ОРУ с обручем.	предлагать собственные способы достижения результата. Коммуникативные: находить информацию, которая может помочь в совершенствовании техники двигательных действий; отбирать нужную информацию, применять ее с учетом личных качеств и уровня подготовки. Строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета; описывать свои действия, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию; воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся;	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные	Личностные
							УУД	
							аргументировано высказывать свое мнение о способах совершенствования техники.	
Акробатика (6 часов)								
40	Акробатика. Стойка на руках и голове (м.). Кувырок назад в полушпагат (д.).	2 нед дек		Стойка на руках и голове (м.). Совершенствовать технику кувырка назад в полушпагат (д.), в стойку ноги врозь (м.). Мост и поворот в упор на одном колене.	Из упора присев стойка на руках и голове (м.). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (д.). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей.	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений.	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения желаемого результата; ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; доводить до автоматизма выполнение отдельных двигательных действий; учитывать возможности своего организма;	Оценивать положительный эффект от совершенствования техники двигательных действий; получать мышечную радость от занятий физической культурой;
41	Техника выполнения стойки на руках и голове (м.). Равновесие на одной ноге.	2 нед дек		Совершенствовать технику выполнения стойки на руках и голове (м.). Равновесие на одной ноге.		Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические	учитывать нормативные и контрольные требования при совершенствовании техники; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс совершенствования техники	оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий;

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						комбинации из числа разученных упражнений	двигательных действий с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения;	анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
42	Техника выполнения акробатических элементов.	2 нед дек		Составить комбинации из разученных акробатических элементов. ОРУ с мячом.		Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	анализировать физическое состояние организма; анализировать эмоциональные состояния, полученные от деятельности. Осуществлять контроль состояния организма, не допускать переутомления; оценивать конечные и промежуточные результаты деятельности; анализировать собственную работу: выделять отдельные элементы и оценивать меру освоения каждого, находить ошибки, устанавливать их причины.	Выражать положительное отношение к процессу совершенствования двигательных действий; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу,
43	Техника выполнения длинного кувырка (м.). Кувырок	3 нед дек		Совершенствовать комбинации из разученных акробатических	Длинный кувырок с трех шагов разбега (м.). Равновесие на одной ноге.	Формирование умений выполнять комплексы общеразвива	Познавательные:	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	назад в полушпагат (д.).			элементов. Лазание.	Кувырок назад в полушпагат (д.). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей.	юших, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояния здоровья	фиксировать результаты совершенствования техники освоения двигательных действий; знать способы самоконтроля состояния организма; воспроизводить по памяти информацию необходимую для совершенствования техники двигательных действий. Устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате; переносить навыки выполнения двигательных действий из одной сферы деятельности в другую.	ответственность, причины неудач.
44	Техника выполнения акробатической комбинации	Знед дек		Совершенствовать комбинации из разученных акробатических элементов. Лазание.	Длинный кувырок с трех шагов разбега (м.). Равновесие на одной ноге. Кувырок назад в полушпагат (д.). ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений	Составлять план действий, направленный на совершенствование техники двигательного действия;	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
45	Оценка техники выполнения акробатических элементов.	3 нед дек		Выполнение на оценку акробатических элементов. Преодоление гимнастической полосы препятствий	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	<p>выбирать подводящие упражнения, необходимые для достижения результата;</p> <p>подбирать упражнения для развития силы, быстроты, координации;</p> <p>предлагать собственные способы достижения результата.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>находить информацию, которая может помочь в совершенствовании техники двигательных действий;</p> <p>отбирать нужную информацию, применять ее с учетом личных качеств и уровня подготовки.</p> <p>Строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета;</p> <p>описывать свои действия, используя выразительные</p>		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							<p>средства языка и соответствующую терминологию;</p> <p>воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся;</p> <p>аргументировано высказывать свое мнение о способах совершенствования техники.</p>	
Баскетбол (3 часа)								
46	Баскетбол. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Учебная игра.	4 нед дек		Совершенствовать сочетание приемов передач, ведения и бросков. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их в игровой деятельности	Регулятивные: <p>удерживать целевые установки деятельности до получения ее результата (возможно промежуточного);</p> <p>ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено;</p> <p>уметь выстраивать последовательность действий,</p>	Проявлять интерес к спортивным достижениям своей страны; оценивать положительный эффект от занятий физической культурой; получать мышечную радость от занятий

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
47	Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Игровые взаимодействия (4 x 4).	4 нед дек		Совершенствовать бросок одной рукой от плеча в прыжке. Игровые взаимодействия (4 x 4). Выполнить сочетание приемов ведения и передач мяча с сопротивлением. Личная защита.	нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (4 x 4). Учебная игра.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта,	на основе ранее изученных и освоенных элементов; выполнять подводящие упражнения; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения тактики игры с учетом возникших трудностей и ошибок. Познавательные:	физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий; осознавать себя членом команды;
48	Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Учебная игра.	4 нед дек		Совершенствовать бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Игровые взаимодействия (4 x 4). Выполнить сочетание приемов ведения и передач мяча с сопротивлением.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Штрафной бросок. Позиционное нападение и	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревнователь	устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате; выполнять задания (приемы) не имеющие однозначного решения; сравнивать информацию, поступившую из разных источников и выбирать нужную; осознанное и произвольное построение речевого высказывания.	анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Выражать положительное отношение к

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					личная защита в игровых взаимодействиях (4 x 4). Учебная игра.	ной деятельности	Коммуникативные: строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета; описывать тактику, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию.	процессу освоения тактики игры; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения.
Знания о физической культуре (1 час)								
49	Физическая культура как явление культуры, ее роль и значение в жизнедеятельности современного человека. ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке.	2 нед янв		Ознакомить с правилами поведения при проведении занятий по лыжной подготовке. Физическая культура как явление культуры, ее роль и значение в жизнедеятельности и современного человека. Основные направления	Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ. Развитие физических качеств.	Изучают историю лыжного спорта. Основные направления и формы организации физической культуры в обществе. Соблюдают правила ТБ при занятиях	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				и формы организации физической культуры в обществе.		лыжной подготовкой.		
Лыжная подготовка (18 часов). Волей бол (6 часов). Баскетбол (5 часов).								
50	Техника одновременного бесшажного и одновременного одношажного хода.	2 нед янв		Повторить технику попеременного двухшажного хода. Техника одновременного бесшажного и одновременного одношажного хода. Пройти дистанцию 2 км - с равномерной скоростью.	Техника попеременного двухшажного хода. Техника одновременного бесшажного и одновременного одношажного хода. Прохождение дистанции 2 км с переменной скоростью. Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения желаемого результата; ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; доводить до автоматизма выполнение отдельных двигательных действий; учитывать возможности своего организма;	Оценивать положительный эффект от совершенствования техники двигательных действий; получать мышечную радость от занятий физической культурой;
51	Волей бол. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя	2 нед янв		Совершенствовать комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на разви-	учитывать нормативные и контрольные требования при совершенствовании техники; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс	оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий;

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.			сетку. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Игра по упрощенным правилам.	при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападение через 3-ю зону. Развитие координационных способностей.	тие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма.	совершенствования техники двигательных действий с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения; анализировать физическое состояние организма; анализировать эмоциональные состояния, полученные от деятельности. Осуществлять контроль состояния организма, не допускать переутомления;	анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Выражать положительное отношение к процессу совершенствования двигательных действий;
52	Техника одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 3 км.	3 нед янв		Разучить технику одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 3 км. Развитие скоростной выносливости.	Техника одновременного двухшажного хода. Техника одновременного бесшажного и одновременного одношажного хода. Прохождение дистанции 3 км с переменной скоростью. Развитие координационных способностей.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	оценивать конечные и промежуточные результаты деятельности; анализировать собственную работу: выделять отдельные элементы и оценивать меру освоения каждого, находить ошибки, устанавливать их причины. Познавательные:	оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу,

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
53	Техника попеременного четырехшажного хода.	3 нед январь		Совершенствование техники изученных ходов. Техника попеременного четырехшажного хода. Игра на лыжах «Гонки с выбыванием».	Техника попеременного четырехшажного хода. Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	<p>фиксировать результаты совершенствования техники освоения двигательных действий; знать способы самоконтроля состояния организма;</p> <p>воспроизводить по памяти информацию необходимую для совершенствования техники двигательных действий.</p>	ответственность, причины неудач.
54	Волей бол. Оценка техники нападающего удара при встречных передачах. Игра в нападение через 3-ю зону.	3 нед январь		Совершенствовать комбинации из разученных перемещений. Оценка техники нападающего удара при встречных передачах. Игра в нападение через 3-ю зону. Игра по упрощенным правилам.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападение через 3-ю зону. Развитие	Уметь продемонстрировать технику одновременных ходов на учебном кругу.	<p>Устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате; переносить навыки выполнения двигательных действий из одной сферы деятельности в другую.</p> <p>Составлять план действий, направленный на совершенствование техники двигательного действия;</p>	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					координационных способностей.		<p>выбирать подводящие упражнения, необходимые для достижения результата;</p> <p>подбирать упражнения для развития силы, быстроты, координации;</p> <p>предлагать собственные способы достижения результата.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>находить информацию, которая может помочь в совершенствовании техники двигательных действий;</p>	
55	Техника попеременного четырехшажного хода. Прохождение дистанции 1 км на результат.	4 нед январь		Совершенствовать технику попеременного четырехшажного хода. Прохождение дистанции 1 км на результат.	Техника попеременного четырехшажного хода. Прохождение дистанции 1 км на результат. Развитие скоростной выносливости.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма		
56	Техника перехода с попеременных ходов на одновременные.	4 нед январь		Совершенствовать технику перехода с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции 3 км.	Техника попеременного четырехшажного хода. Переход с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции 4 км с переменной скоростью.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					Развитие координационных способностей.	физических нагрузок	описывать свои действия, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию; воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся; аргументировано высказывать свое мнение о способах совершенствования техники. Для спортивных игр.	
57	Волей бол. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках через сетку. Учебная игра.	4 нед янв		Совершенствовать комбинации из разученных перемещений. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках через сетку. Учебная игра.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках через сетку. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма		
58	Переходы в классическом стиле.	5 нед янв		Совершенствование техники переходов в классическом стиле. Прохождение дистанции 4 км. Развитие	Техника попеременного четырехшажного хода. Переход с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции 4 км	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно.		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				скоростной выносливости.	с переменной скоростью. Игра на лыжах «Гонки		ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено;	достижениям своей страны;
59	Оценка техники попеременного четырехшажного хода. Игра «Гонки с преследованием».	1 нед февр		Оценка техники попеременного четырехшажного хода. Игра «Гонки с преследованием».	с преследованием». Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно.	уметь выстраивать последовательность действий, на основе ранее изученных и освоенных элементов; выполнять подводящие упражнения;	оценивать положительный эффект от занятий физической культурой; получать мышечную радость от занятий физической культурой;
60	Волейбол. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра.	1 нед февр		Совершенствовать комбинации из разученных перемещений. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках через сетку. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения тактики игры с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения; анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности.	оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий; осознавать себя членом команды; анализировать и характеризовать

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					нападение через 3-ю зону.		Осуществлять итоговый контроль освоения тактики игры с позиции успешности;	эмоциональные состояния и чувства
61	Прохождение дистанции 2 км на результат. Переходы в классическом стиле.	2 нед февр		Совершенствование техники переходов в классическом стиле. Прохождение дистанции 2 км на результат.	Техника попеременного четырехшажного хода. Переход с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции 2 км на результат. Развитие скоростной выносливости.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	анализировать результаты деятельности: находить ошибки, устанавливая их причины; оценивать уровень усвоения тактических приемов. Познавательные: фиксировать результаты освоения тактики игры;	строить свои взаимоотношения с их учетом. Выражать положительное отношение к процессу освоения тактики игры;
62	Техника спуска и подъема в гору.	2 нед февр		Совершенствование техники спусков и подъемов на склонах. Игра «С горки на горку».	Техника скользящего шага. Техника спусков и подъемов. Торможение и поворот «плугом». Прохождение дистанции 2 км со средней скоростью, 2 км равномерно. Развитие скоростной выносливости.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	воспроизводить по памяти информацию необходимую для освоения тактики игры; применять таблицы, схемы для освоения тактики. Устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате;	оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
63	Волейбол. Нижняя прямая подача. Игра в нападение через 3-ю зону.	2 нед февр		Нижняя прямая подача. Игра в нападение через 3-ю зону. Нападающий удар при встречных передачах. Игра.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках через сетку. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападение через 3-ю зону. Развитие координационных способностей.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);	выполнять задания (приемы) не имеющие однозначного решения; сравнивать информацию, поступившую из разных источников и выбирать нужную; осознанное и произвольное построение речевого высказывания. Составлять план действий, направленный на достижение конечного результата; выбирать и комбинировать тактические элементы, необходимые для достижения результата; предлагать собственные нестандартные способы достижения результата.	считаться с высказываниями другого человека
64	Техника торможения и поворота «плугом». Преодоление	3 нед февр		Совершенствовать технику торможения и поворота «плугом».	Техника спусков и подъемов. Торможение и поворот «плугом». Прохождение	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на разви-	Коммуникативные: находить информацию, которая может помочь в освоении тактики игры; отбирать информацию,	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	контруклон а.			Преодоление контруклона.	дистанции 5 км со средней скоростью. Преодоление контруклона. Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий.	тие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	соответствующую уровню подготовки команды. Строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета; описывать тактику, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию;	
65	Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий	3 нед февр		Совершенствование техники спусков и подъемов на склонах. Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий	Развитие скоростной выносливости.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся; выявлять и разрешать конфликты; управлять поведением, корректировать поведение партнёра;	
66	Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Прием мяча снизу в группе.	3 нед февр		Совершенствование техники прямого нападающего удара после передачи. Передача мяча сверху двумя руками, стоя	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка,	учитывать разные мнения; аргументировано высказывать свое мнение.	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				спиной к цели. Прием мяча снизу в группе. Игра по упрощенным правилам.	Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападение через 3-ю зону. Развитие координационных способностей.	оздоровительные мероприятия		
67	Биатлон.	4 нед февр		Совершенствование техники спусков и подъемов. Торможение и повороты «плугом». Переход с попеременных ходов на одновременные. Развитие скоростной выносливости.	Техника попеременного четырехшажного хода. Переход с попеременных ходов на одновременные. Развитие скоростной выносливости: повторные отрезки 2-3 раза x 300 м.	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.		
68	Прохождение дистанции 5 км.	4 нед февр		Применение техники изученных	Техника попеременного четырехшажного хода. Переход с	Описывают технику изучаемых		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				классических ходов в зависимости от рельефа местности. Прохождение дистанции 5 км.	попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции 5 км. Развитие скоростной выносливости	игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно		
69	Баскетбол. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Игровые взаимодействия (3 х 2).	4 нед февр		Совершенствовать сочетание приемов ведения, передач и бросков. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Игровые взаимодействия (3 х 2).	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3 х 2, 4 х 3). Учебная игра.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
70	Техника конькового хода.	5 нед февр		Совершенствовать технику конькового хода. Прохождение дистанции 5 км равномерно.	Техника конькового хода. Развитие выносливости: прохождение дистанции 5 км равномерно.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта		
71	Совершенствование техники конькового хода по дистанции	1 нед март		Совершенствование техники конькового хода.		Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно		
72	Баскетбол. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Игровые	1 нед март		Совершенствование техники броска одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	взаимодействия (4 х 3).			Игровые взаимодействия (4 х 3). Учебная игра.	одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3 х 2, 4 х 3). Учебная игра.	самостоятельно		
73	Техника конькового хода при подъеме в гору.	2 нед март		Совершенствование техники конькового хода при подъеме в гору.	Техника конькового хода. Техника конькового хода при подъеме в гору. Развитие выносливости: прохождение дистанции 5 км равномерно.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	Регулятивные: Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;	Формирование чувства гордости за свою Родину,
74	Оценка техники конькового	2 нед март		Оценка техники конькового хода.	Овладение основами			

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	хода. Принять задолженности по дистанциям.			Принять задолженности по дистанциям.		технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности;	Познавательные: формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;	формирование ценностей многонационального российского общества; - формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; - развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за
75	Баскетбол. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон». Правила баскетбола.	2 нед март		Совершенствовать сочетание приемов ведения, передачи мяча с сопротивлением. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон». Правила баскетбола. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Коммуникативные: определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
76	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Учебная игра.	3 нед март		Совершенствовать сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок.	двух игроков в нападении и защите «заслон». Учебная игра. Правила баскетбола.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; - развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
77	Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Учебная игра.	3 нед март		Совершенствовать бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Учебная игра.		Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их	- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						игровой деятельности		<ul style="list-style-type: none"> - знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества; -развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Волейбол (6 часов).								

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
78	Волейбол. Игра в нападение через 3-ю зону. Нижняя прямая подача мяча.	5 нед март		Совершенствовать игру в нападение через 3-ю зону. Нижняя прямая подача мяча. Провести игру по упрощенным правилам.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападение через 3-ю зону. Развитие координационных способностей.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Регулятивные: удерживать целевые установки деятельности до получения ее результата (возможно промежуточного); ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; уметь выстраивать последовательность действий, на основе ранее изученных и освоенных элементов; выполнять подводящие упражнения; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения тактики игры с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения;	Проявлять интерес к спортивным достижениям своей страны; оценивать положительный эффект от занятий физической культурой; получать мышечную радость от занятий физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий;
79	Оценка техники нижней прямой подачи. Учебная игра.	5 нед март		Оценка техники нижней прямой подачи. Учебная игра.		Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
80	Техника приема и передачи мяча. Учебная игра.	5 нед март		Совершенствовать технику передач и приема мяча снизу. Провести эстафеты, игру по упрощенным правилам.	Комбинации из передвижений игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча,	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности. Осуществлять итоговый контроль освоения тактики игры с позиции успешности; анализировать результаты деятельности: находить ошибки, устанавливая их причины;	осознавать себя членом команды; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
81	Прием мяча, отраженного о сеткой. Прием мяча снизу в группе.	1 нед апр		Совершенствовать прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Провести игру по упрощенным правилам.	отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападение через 3-ю зону.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	оценивать уровень усвоения тактических приемов. Познавательные: фиксировать результаты освоения тактики игры; воспроизводить по памяти информацию необходимую для освоения тактики игры; применять таблицы, схемы для освоения тактики.	Выражать положительное отношение к процессу освоения тактики игры; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу,

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
82	Нападающий удар при встречных передачах. Игра в нападение через 4-ю зону.	1 нед апр		Нападающий удар при встречных передачах. Игра в нападение через 4-ю зону. Провести игру по упрощенным правилам.	Комбинации из передвижений игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. Игра в нападение через 4-ю зону.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате; выполнять задания (приемы) не имеющие однозначного решения; сравнивать информацию, поступившую из разных источников и выбирать нужную; осознанное и произвольное построение речевого высказывания.	ответственность, причины неудач; считаться с высказываниями другого человека.
83	Игра в нападение через 4-ю зону. Учебная игра. Тестирование - поднимание туловища.	1 нед апр		Совершенствовать игру в нападение через 4-ю зону. Учебная игра. Тестирование - поднимание туловища.	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Составлять план действий, направленный на достижение конечного результата; выбирать и комбинировать тактические элементы, необходимые для достижения результата; предлагать собственные нестандартные способы достижения результата. Коммуникативные:		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						<p>находить информацию, которая может помочь в освоении тактики игры; отбирать информацию, соответствующую уровню подготовки команды. Строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета;</p> <p>описывать тактику, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию;</p> <p>воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся;</p> <p>выявлять и разрешать конфликты; управлять поведением, корректировать поведение партнёра.</p>		
Баскетбол (8 часов)								

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
84 - 85	Баскетбол. Учебная игра. Правила баскетбола. Тестирование – прыжок в длину с места.	3 нед апр		Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Учебная игра. Правила баскетбола. Тестирование – прыжок в длину с места.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие трех игроков в нападении.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<p>Регулятивные:</p> <p>удерживать целевые установки деятельности до получения ее результата (возможно промежуточного);</p> <p>ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено;</p> <p>уметь выстраивать последовательность действий, на основе ранее изученных и освоенных элементов;</p> <p>выполнять подводящие упражнения;</p> <p>корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения тактики игры с учетом возникших трудностей и ошибок.</p> <p>Познавательные:</p>	<p>Проявлять интерес к спортивным достижениям своей страны;</p> <p>оценивать положительный эффект от занятий физической культурой;</p> <p>получать мышечную радость от занятий физической культурой;</p> <p>оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий;</p> <p>осознавать себя членом команды;</p>
86 - 87	Взаимодействие трех игроков в нападении. Тестирование – наклон вперед, стоя.	3 нед апр		Совершенствовать взаимодействие трех игроков в нападении. Провести тестирование – наклон вперед, стоя.	Учебная игра. Правила баскетбола.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
88 - 89	Взаимодействие трех игроков в нападении «малая восьмерка». Учебная игра	3 нед апр		Разучить взаимодействие трех игроков в нападении «малая восьмерка». Учебная игра	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением после остановки. Взаимодействие трех игроков в нападении «малая восьмерка». Учебная игра.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате; выполнять задания (приемы) не имеющие однозначного решения; сравнивать информацию, поступившую из разных источников и выбирать нужную; осознанное и произвольное построение речевого высказывания.	анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
90 - 91	Баскетбол. Учебная игра. Тестирование – подтягивание.	4 нед апр		Совершенствовать быстрый прорыв (3 x 1). Взаимодействие игроков в защите через заслон. Провести тестирование – подтягивание.		Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Коммуникативные: строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета; описывать тактику, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию.	Выражать положительное отношение к процессу освоения тактики игры; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения.

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Легкая атлетика (11 часов). Бег на средние дистанции (3 часа).								
92	ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Бег (2000м. - м. 1500м.- д.).	4 нед апр		Бег (2000 м - м. и 1500м-д.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Повторение правил поведения при проведении занятий по легкой атлетике.	Бег (2000 м - м. и 1500м-д.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости. ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры)	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; уметь выстраивать последовательность действий, выполнять подводящие упражнения; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения двигательных качеств с учетом возникших трудностей и ошибок; намечать способы их устранения; анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности.	Оценивать положительный эффект от занятий физической культурой; получать мышечную радость от занятий физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои
93	Тестирование – бег 1000м. Специальные беговые упражнения	4 нед апр		Тестирование – бег 1000м. Специальные беговые упражнения	Бег (2000м. - м. и 1500м-д.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.		
94	Бег (2000 м. - м. и 1500м-д.) на результат. Спортивная	1 нед май		Бег (2000 м. - м. и 1500м-д.) на результат.	Бег (2000 м- м. и 1500м-д.). ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Выполняют бег с максимальной		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	игра «Лепта».			Спортивная игра «Лепта».		<p>скоростью 40-50м.</p> <p>Познавательные: фиксировать результаты освоения двигательных действий; выполнять пробное учебное действие; воспроизводить по памяти информацию (подводящие упражнения, их последовательность) необходимую освоения двигательных действий; устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате.</p> <p>Коммуникативные: находить информацию, которая может помочь в освоении двигательных действий; строить диалогическое высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета; описывать двигательное действие, используя</p>	<p>взаимоотношения с их учетом.</p> <p>Выражать положительное отношение к процессу освоения новых двигательных действий;</p> <p>оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и</p>	

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							выразительные средства языка и соответствующую терминологию; воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся.	находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
Спринтерский бег. Эстафетный бег. (5часов).								
95	Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег (передача палочки).	1 нед май		Повторить технику низкого старта (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег (передача палочки). Специальные беговые упражнения.	Низкий старт (до 30 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег (передача палочки). Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Регулятивные: осуществлять итоговый контроль двигательного действия и контроль отдельных элементов, подводящих упражнений; оценивать результаты деятельности; фиксировать индивидуальные затруднения в пробном действии;	Оценивать положительный эффект от занятий физической культурой; получать мышечную радость от занятий физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-
96	Спринтерский бег. Эстафетный бег.	2 нед май		Повторение техники бега по дистанции (70-80м).	Низкий старт (до 30м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80	Выполняют бег с максимальной	анализировать собственную работу: выделять отдельные элементы и оценивать меру	оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				Финиширование. Эстафетный бег.	м). Эстафетный бег (передача палочки). Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	скоростью 60м.	освоения каждого, находить ошибки, устанавливать их причины; оценивать уровень усвоения двигательного действия. Познавательные: составлять план действий, направленный на выполнение двигательного действия; выбирать подводящие упражнения, необходимые для достижения результата; предлагать собственные нестандартные способы достижения результата. Коммуникативные: находить информацию, которая может помочь в освоении двигательных действий; строить диалогическое высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета;	этических понятий; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Выражать положительное отношение к процессу освоения новых двигательных действий; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность
97	Бег по дистанции (70- 80м). Финиширование. Тестирование - бег 30м.	2 нед май		Совершенствовать технику спринтерского бега. Бег по дистанции (70-80м). Финиширование. Тестирование - бег 30м. Специальные беговые упражнения.	Низкий старт (до 30 м). Бег по дистанции (70-80м). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательным действиям.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м		
98	Эстафетный бег. Специальные беговые	3 нед май		Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения	Низкий старт (до 30м). Бег по дистанции (70-80.м). Финиширование.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений,		

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	упражнения			Развитие скоростных качеств.	Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	ориентированных на развитие основных физических качеств	описывать двигательное действие, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию;	, инициативу, ответственность, причины неудач, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
99	Бег на результат (60 м). Специальные беговые упражнения	Знед май		Бег на результат (60 м). Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Бег на результат (60 м). Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. Развитие скоростных качеств.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся.	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
Прыжок в высоту. Метание малого мяча в неподвижную цель. (3 часа).								

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
10 0	Техника прыжка в высоту. Отталкивание. Метание мяча на дальность	3 нед май		Совершенствовать технику прыжка в высоту с 11-13 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега. Отталкивание. Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов.	Прыжок в высоту способом «перешагивание» с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча на дальность в коридоре 10 м с разбега. Специальные беговые упражнения.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; уметь выстраивать последовательность действий, выполнять подводящие упражнения; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения двигательных качеств с учетом возникших трудностей и ошибок; намечать способы их устранения; анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности.	Оценивать положительный эффект от занятий физической культурой; получать мышечную радость от занятий физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						<p>Предметные</p>	<p>Метапредметные УУД</p> <p>Познавательные: фиксировать результаты освоения двигательных действий;</p> <p>выполнять пробное учебное действие;</p> <p>воспроизводить по памяти информацию (подводящие упражнения, их последовательность) необходимую освоения двигательных действий;</p> <p>устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате.</p> <p>Коммуникативные: находить информацию, которая может помочь в освоении двигательных действий;</p> <p>строить диалогическое высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета;</p> <p>описывать двигательное действие, используя</p>	<p>Личностные</p> <p>взаимоотношения с их учетом.</p> <p>Выражать положительное отношение к процессу освоения новых двигательных действий;</p> <p>оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и</p>

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							<p>выразительные средства языка и соответствующую терминологию;</p> <p>воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся.</p>	<p>находить выходы из спорных ситуаций;</p> <p>формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>

102 часа