

Управление образования администрации муниципального образования

«Город Астрахань»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Астрахани

«Гимназия № 2»

<p>СОГЛАСОВАНО Управляющим Советом</p> <p>Протокол № 1 от 26.08 2019 г.  Бурдыгина Т.П.</p>	<p>ПРИНЯТО Педагогическим Советом</p> <p>Протокол № 7 от 27.08 2019 г. Директор  С. В. Еремينا</p>	<p>СОГЛАСОВАНО Председатель ПК</p> <p>Протокол № 4 от 23.08 2019 г.  Климыкина И.В.</p>
<p>ОДОБРЕНО Родительским советом</p> <p>Протокол № 1 от 23.08 2019 г.</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО Директором МБОУ г. Астрахани «Гимназии №2»</p> <p>Приказ № 460 от 27.08 2019 г. Директор  С. В. Еремينا</p>	<p>ОДОБРЕНО Советом обучающихся</p> <p>Протокол № 1 от 24.08 2019 г. </p>

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО

физической культуре 5 -9 класс

НА УРОВЕНЬ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Авторы-разработчики:

Арушанян Ирина Юрьевна,

Диянова Светлана Николаевна.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА,

1.1 Рабочая программа по физической культуре для учащихся основной и общеобразовательной школы **разработана на основе:**

- ✓ Закона Российской Федерации «Об образовании»;
- ✓ Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- ✓ Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- ✓ Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- ✓ ФГОС основного общего образования
- ✓ «Комплексной программы физического воспитания 5-9 классы», автором - составителем которой являются В.И.Лях и М.Я. Виленский; издательство «Просвещение», Москва – 2012г.

1.2 **Цель программы:** обеспечение современного образования учащихся в контексте требований

ФГОС. Формирование личности, готовой к активной творческой

самореализации

в пространстве общечеловеческой культуры.

Образовательная деятельность учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлена на решение следующих задач:

- ✓ Содействие гармоничному физическому развитию , закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям окружающей среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- ✓ Обучение основам базовых видов двигательных действий;
- ✓ Дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно - силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- ✓ Формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- ✓ Выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- ✓ Углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- ✓ Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- ✓ Выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды судьи;
- ✓ Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- ✓ Воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- ✓ Содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

1.3 Концепция программы.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в организации, осуществляющей образовательную деятельность включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Главная цель развития отечественной системы школьного образования определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в Базисный учебный план, также ориентирована на достижение этой цели. В свою очередь,

специфической целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

1.4 Обоснованность (актуальность, новизна, значимость)

Принимая во внимание главную цель развития отечественной системы школьного образования и необходимость решения вышеназванных задач образования учащихся 5-9 классов в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса; педагогика сотрудничества, деятельностный подход; интенсификация и оптимизация; соблюдение дидактических правил; расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном развитии способностей детей; построения преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с различным уровнем двигательных и психических способностей; изменение сути педагогических отношений, переход от подчинения к сотрудничеству.

Гуманизация педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Она строится в соответствии с наличным опытом и уровнем достижений школьников, их интересов и склонностей. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества — идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это переход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом; применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Планируемые результаты:

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «физическая культура» учащиеся по окончании основной школы должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры.

Знать:

- основы истории развития физической культуры в России;
- особенности развития избранного вида спорта;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;
- биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой;
- психофункциональные особенности собственного организма;

- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;
- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

Демонстрировать

Физические способности	Физические упражнения	мальчики	девочки
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с	9,2	10,2
Силовые	Подтягивание	10	12
	Прыжок в длину с места, см	180	165
	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, кол-во раз 30 с	20	18
К выносливости	Кроссовый бег 2 км	8 мин 50 с	10 мин 20 с
К координации	Челночный бег 3x10 м	9,5	10,0
	Бросок малого мяча в стандартную мишень, м	3	3

1.5 СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Физическая культура

Физическое воспитание в основной школе должно обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни.

Освоение учебного предмета «Физическая культура» направлено на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В процессе освоения предмета «Физическая культура» на уровне основного общего образования формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретает опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учетом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности.

С целью формирования у учащихся ключевых компетенций, в процессе освоения предмета «Физическая культура» используются знания из других учебных предметов: «Биология», «Математика», «Физика», «География», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Иностранный язык», «Музыка» и др.

Физическая культура как область знаний

История и современное развитие физической культуры

Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристических походов. Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.

Современное представление о физической культуре (основные понятия)

Физическое развитие человека. *Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.* Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. *Спорт и спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».*

Физическая культура человека

Здоровье и здоровый образ жизни. Коррекция осанки и телосложения. Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. **Способы двигательной (физкультурной) деятельности**

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой

- Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки,

физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения. *Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития.* Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой

Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания, ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, развитие основных физических качеств. *Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).*

Спортивно-оздоровительная деятельность¹

Гимнастика с основами акробатики: организующие команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки). Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки). Легкая атлетика: беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Упражнения в метании малого мяча. Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, *мини-футбол*, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. *Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила. Плавание. Вхождение в воду и*

¹ Элементы видов спорта могут быть заменены на другие с учетом наличия материально-технической базы в общеобразовательной организации, а так же климато-географических и региональных особенностей.

передвижения по дну бассейна. Подводящие упражнения в лежании на воде, всплывании и скольжении. Плавание на груди и спине вольным стилем. Лыжные гонки:² передвижение на лыжах разными способами. Подъемы, спуски, повороты, торможения.

Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность

Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени; преодоление препятствий разной сложности; передвижение в висах и упорах. Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения. Общефизическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, ловкости). Специальная физическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие специальных физических качеств, определяемых базовым видом спорта (гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, спортивные игры).

Двигательные умения, навыки и способности

В циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в ранномерном 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».

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 трех 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.

В спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам).

Физическая подготовленность: должна соответствовать, как минимум, среднему уровню показателей развития основных физических способностей с учетом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

² Для бесснежных районов Российской Федерации или в отсутствие условий для занятий лыжной подготовкой разрешается заменять модуль «Лыжные гонки» на двигательную активность на свежем воздухе.

Способы физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений.

№	Вид программного материала	Кол-во часов					
		классы					
		5	6	7	8	9	
1	Базовая часть	58	58	58	58	58	

Способы 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.

Правила 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.

Уровень физической культуры, связанный с региональными и национальными особенностями, определяют региональные и местные органы управления физическим воспитанием. Уровень физической культуры других составляющих вариативной части (материал по выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углубленному изучению одного или нескольких видов спорта) разрабатывает и определяет учитель.

4.3 Распределение учебного времени прохождения программного материала (5-9 классы)

1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе уроков					
1.2	Спортивные игры	26	26	26	26	26	
1.3	ОФП (круговая тренировка)	6	6	6	6	6	
1.4	Легкая атлетика	13	13	13	13	13	
1.5	Кроссовая подготовка	13	13	13	13	13	
2	Вариативная часть (связано с региональными и национальными особенностями)	10	10	10	10	10	
	итого	68	68	68	68	68	

Календарно- тематическое планирование 5-7 класс.

№	Дата	Кол -во час	Тема урока	Содержание образования	Виды деятельности	Планируемый результат освоения	Планируемый личностный	Планируемый метапредметный	Виды контроля	Домашнее задан
---	------	-------------	------------	------------------------	-------------------	--------------------------------	------------------------	----------------------------	---------------	----------------

		ОВ			материала	результат	результат		ие	
1 четверть - 18 часов.										
1		1	1.Инструктаж по т\б.	Инструктаж по технике безопасности, высокий старт(10-15 м), бег с ускорением(30-40метров). встречная эстафета, спец. беговые упражнения.	Организационно-методические требования, применяемые на уроках физкультуры, строевые упражнения, разминка в движении. Изучение нового материала.	Знать организационно-методические требования. Применяемые на уроках физкультуры, строевые упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности и освоение личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях.	Р: <i>целесолагание</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 упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	Текущий	ОФП
2		1	2.Бег 3 минуты. Эстафеты линейные	Развитие скоростных возможностей, линейная эстафета. Влияние л/атлетических упражнений на здоровье.	Разминка в движении. Тестирование бега 30метров, линейная эстафета. Совершенствование.	Знать правила проведения бега 30 метров с высокого старта, правила круговой	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	Р: <i>целесолагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения	Текущий	ОФП

						эстафеты	сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	поставленных задач К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение		
3		1	3.Бег 5 минут. Специальные беговые упражнения.	Высокий старт (до 10-15м), бег с ускорением (50-60м), финиширование, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки.	Беговая разминка, тестирование челночный бег 3x10м, подвижная игра.	Знать технику бега по дистанции, правила, финиширование, разные варианты правил подвижной игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	К:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Р: проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. П:проходить технику бега по дистанции, правила, финиширование, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики».	Текущий	ОФП
4		1	4.Бег 6 минут. Контроль	Бег на результат . финиширование, специальные беговые	Беговая разминка. Тестирование бега 60м с высокого старта,	Знать правила проведения тестирования	Развитие этических чувств, доброжелательность	К: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в	Бег 60м: М: «5»-10,2с	ОФП

			ый урок 60м. Эстафетный бег.	упражнения, развитие скоростных возможностей. Подвижная игра «Разведчики и часовые».	проведение подвижной игры «Разведчики и часовые».	бега на 60м с высокого старта, правила подвижной игры «Разведчики и часовые».	ти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни.	соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. П: проходить тестирование бега на 60м с высокого старта, играть в подвижную игру «Разведчики и часовые».	«4»-10,8с «3»- 11,4с Д: «5»-10,4 «4»-10,9с «3»-11,6с.	
5		1	5.Бег 8 мин. Метание на дальность	Метание малого мяча в на дальность. ОРУ. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Разминка на месте. Метание малого мяча.	Знать технику выполнения метание малого мяча. Правила подвижной игры «Кто дальше бросит».	Развитие мотивов учебной деятельности и сознание личного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в	К: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Р: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. П: прыгать в длину с разбега, играть в подвижную игру «Кто	Текущий	ОФП

							разных социальных ситуациях	далее бросит».		
6		1	6.Бег 9 мин. Техника прыжка в длину с места.	ОРУ в движении. Прыжок в длину. Подвижная игра «Метко в цель». Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Разминка в движении, прыжок в длину способом «согнув ноги», Метание малого мяча в вертикальную цель. Совершенствование прыжка в длину.	Знать технику выполнения прыжка в длину и метание малого мяча. Правила подвижной игры «Метко в цель».	Развитие мотивов учебной деятельности и сознание личного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Р: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. П: прыгать в длину с разбега, играть в подвижную игру «Кто дальше бросит».	Текущий	ОФП
7		1	7.Контрольный урок – бег 1000 м.	Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижная игра Салки.	Разминка в движении. Специально беговые упражнения. Игра Салки. Изучение	Знать технику бега на средние дистанции. Правила игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	К. - с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с	Текущий	ОФП

9		1	9.Бег 15 минут. Развитие выносливости.	Равномерный бег (15мин). ОРУ. Подвижные игры «Невод». Развитие выносливости.	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Невод»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Невод»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознания личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Невод»	текущий	ОФП
10		1	10.Бег 16 минут. Развитие выносливости.	Равномерный бег (16мин). Чередование бега с ходьбой. ОРУ. Подвижные игры «Бег с флажкам». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Бег с флажкам»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Бег с флажками»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Бег с флажками»	текущий	ОФП

11		1	11.Бег 17 минут. Развитие выносливости.	Равномерный бег (17мин). Чередование бега с ходьбой. ОРУ. Подвижные игры «Паровозики». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Паровозики»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Паровозики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Паровозики»	текущий	ОФП
12		1	12.Бег 18 минут по пересечённой местности	Равномерный бег (18мин). Чередование бега с ходьбой. ОРУ. Подвижные игры «Паровозики». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Паровозики»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Паровозики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Паровозики»	текущий	ОФП

13		1	13.Бег переменный с ходьбой – 19 мин.	Переменный бег с ходьбой (19мин). Преодоление препятствий. ОРУ. Подвижные игры «Вызов номеров». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Вызов номеров»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Вызов номеров»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П - выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Вызов номеров»	текущий	ОФП
14		1	14.Бег с ходьбой (20 мин).	Равномерный бег (15 мин.)Преодоление препятствий. ОРУ. Подвижные игры «Команда быстроногих». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра ««Команда быстроногих»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры ««Команда быстроногих»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р - самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые	текущий	ОФП

							разных социальных ситуациях	упражнения, играть в подвижную игру «Команда быстроногих»		
15		1	15.Выполнение строевых упражнений.	Равномерный бег. Преодоление препятствий. ОРУ. Подвижные игры «Через кочки и пенечки».	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Через кочки и пенечки»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Через кочки и пенечки»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р-самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели,находить необходимую информацию. П-выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Через кочки и пенечки»	текущий	ОФП
16		1	16.Эстафеты Развитие силовых способностей.	ОРУ. ОФП. Подвижные игры «Разведчики и часовые». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Разведчики и часовые»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Через кочки и пенечки»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков	К-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р-самостоятельно выделять и формулировать познавательные	текущий	ОФП

							и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	цели, находить необходимую информацию. П-выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Разведчики и часовые»		
17		1	17. Развитие силовых способностей. Развитие выносливости. Двусторонняя игра.	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Разведчики и часовые»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Пятнашки маршем»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р-самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П-выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Пятнашки маршем»	Бег 2 км без учета времени.	ОФП	
18		1	18. Подтягивания в висе(м), в висе(д). Развитие выносливости. Двусторонняя игра.	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Невод»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Невод»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознания личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно	текущий	ОФП	

							сверстниками и взрослыми. Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П-выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Невод»		
резерв		1	Двусторонняя игра.	Двусторонняя игра.	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Команда быстроногих»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Команда быстроногих»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р - самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Команда быстроногих»	текущий	ОФП
2 четверть – 14 часа.										
19		1	1.Баскетбол. Правила ТБ при игре в баскетбол.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте. Ловля мяча двумя руками от	Разучивание разминки с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция,	текущий	ОФП

				груди на месте и в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Правила ТБ при игре в баскетбол.	«Защитная стойка».	Правила подвижной игры «Защитная стойка»	смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах, играть в подвижную игру «Защитная стойка».		
20		1	2. Баскетбол. Правила игры.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола.	Разучивание разминки с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра «Защитная стойка».	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность Правила подвижной игры «Защитная стойка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах, играть в подвижную игру «Защитная стойка».	текущий	ОФП
21		1	3. Стойка и передвижение игрока.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля	Разучивание разминки с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция,	Оценка техники стойки и передвижени	ОФП

				мяча двумя руками от груди на месте и в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	«Капитаны».	Правила подвижной игры «Капитаны»	смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах, играть в подвижную игру «Капитаны».	я игрока.	
22		1	4. Стойка и передвижение игрока.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой соревновательной деятельности с помощью двигательных действий.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра «Осада города»	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность Правила подвижной игры «Осада города»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах, играть в подвижную игру «Осада города».	текущий	ОФП
23		1	5. Сочетание приёмов ведения,	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на	Знать варианты выполнения бросков мяча в	Развитие мотивов учебной деятельности и	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера	текущий	ОФП

			передачи, броска мяча. Игра.	месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	точность. Подвижная игра «Осада города»	парах на точность Правила подвижной игры «Осада города»	осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	(контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах, играть в подвижную игру «Осада города».		
24		1	6. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска мяча. Игра.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра «Осада города»	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность Правила подвижной игры «Осада города»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах, играть в подвижную игру «Осада города».	Оценка техники ведения мяча на месте.	ОФП
25		1	7. Развитие координационных	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на	Знать варианты выполнения бросков мяча в	Развитие мотивов учебной деятельности и	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера	текущий	ОФП

			способностей.	изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении Позиционные нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	точность. Подвижная игра «Штурм»	парах на точность Правила подвижной игры «Штурм»	осознание личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	(контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах, играть в подвижную игру «Штурм».		
26		1	8. Передача мяча двумя от головы. Игра.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении Позиционные нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра «Штурм»	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность Правила подвижной игры «Штурм»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах	текущий	ОФП
27		1	9. Передача одной от плеча	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на	Знать варианты выполнения бросков мяча в	Развитие мотивов учебной деятельности и	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера	текущий	ОФП

			в парах. Игра.	изменением скорости и высоты отскока. Передача одной от плеча в парах. Позиционные нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	точность. Подвижная игра «Штурм»	парах на точность Правила подвижной игры «Штурм»	осознание личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	(контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах,		
28		1	10. Передача одной от плеча в парах. Игра.	Сочетание элементов. Передача одной от плеча в парах. Позиционные нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра «Штурм»	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность Правила подвижной игры «Штурм»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах,	Оценка техники броска мяча в движении.	ОФП
29		1	11. Сочетание приёмов ведения,	Сочетание элементов. Вырывание и выбивание мяча.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на	Знать варианты выполнения бросков мяча в	Развитие мотивов учебной деятельности и	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера	текущий	ОФП

			остановок, броска. Игра.	Бросок одной рукой т плеча с места. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	точность.	парах на точность Игра в мини-баскетбол	осознание личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	(контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах.		
30		1	12. Сочетание приёмов ведения, остановок, броска. Игра.	Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой т плеча с места. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность.	Знать какие варианты бросков в баскетболе существуют. И умение их выполнять..	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах.	текущий	ОФП
31		1	13. Передача в тройках в движении со	Сочетание приемов (ведение – остановка – бросок).	ОРУ с мячом в парах, броски и ловля мяча в	Знать варианты выполнения бросков мяча в	Развитие мотивов учебной деятельности и	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера	текущий	ОФП

			сменой мест. Игра.	Взаимодействие двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	парах на точность.	парах на точность правила ловли мяча.	осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	(контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах.		
32		1	14. Передача в тройках в движении со сменой мест. Игра.	Сочетание приемов (ведение – остановка – бросок). Взаимодействие двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	ОФП в парах, броски и ловля мяча в парах на точность.	Знать как выполнять броски мяча в парах на точность, защитные стойки игрока.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах.	Оценка техники броска одной рукой от плеча в движении.	ОФП
		1	Передача в тройках в движении со	Игра в мини-баскетбол.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на	Знать варианты выполнения бросков мяча в	Развитие мотивов учебной деятельности и	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера	текущий	ОФП

			сменой мест. Игра.		точность.	парах на точность	осознание личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	(контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах.		
		1	Передача в тройках в движении со сменой мест. Игра.	Стойка и передвижение игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействие двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность.	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах.	текущий	ОФП
3 четверть 16 часов.										
33		1	1.Теория. Правила	Теория. Правила техники	Разминка с мячом в парах, броски и ловля	Знать варианты выполнения	Развитие мотивов учебной	К: слушать и слышать друг друга, управлять	текущий	ОФП

			техники безопасности. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	безопасности. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	мяча в парах на точность.	бросков мяча в парах на точность, правильно выполнять технические действия.	деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах.		
34		1	2.Баскетбол. Правила игры.	Баскетбол. Правила игры. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность.	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность Знать правила баскетбола	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах.	текущий	ОФП
35		1	3. Стойки и передвижения	Стойка и передвижение игрока.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля	Знать варианты выполнения	Развитие мотивов учебной	К: слушать и слышать друг друга, управлять	текущий	ОФП

37		1	5. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска. Игра.	Техника верхней передачи мяча и стойка игрока. Развитие координационных способностей при выполнении верхней передачи мяча.	Разминка с гимнастическими палками. Выполнять правильно технические действия.	Знать стойку игрока. Выполнение передачи 2 сверху над собой.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Р.: выполнять правила игры. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности	текущий	ОФП
38		1	6. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска. Игра.	Сочетание элементов в баскетболе. Встречные и линейные эстафеты.	ОРУ в движении. Выполнять правильно технические действия. Соблюдать технику безопасности во время эстафет.	Знать правильность выполнения подачи мяча 2 сверху на месте и после передачи вперед.	Развитие этических чувств. самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе нравственных норм социально справедливости и свободе.	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технической деятельности.	текущий	ОФП
39		1	7. Развитие координационных	Сочетание элементов в баскетболе. встречные и	Разминка с мячом в парах, передачи и ловля мяча, правила	Знать передачу мяча	Развитие мотивов учебной деятельности и	Р.: выполнять правила игры.	Контрольный	ОФП

			способностей.	линейные эстафеты с элементами баскетбола. Подвижные игры .	подвижных игр.	2 сверху на месте и после передачи вперед. правила подвижных игр.	осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликта и находить выходы из спорных ситуаций.	П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.		
40		1	8.Передача мяча двумя от головы. Игра.	Обучение технике приемов и передач мяча. Укрепление всех групп мышц и систем организма, формирование осанки, учебная игра .	Беговая разминка. Ору в движение, Правила игры .	уметь продемонстрировать технику приема и передачи мяча. Играть в баскетбол.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Р- уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола.	текущий	ОФП

41		1	9. Волейбол. Стойки и передвижения игрока. Игра.	Обучение технике прыжков, стоек, поворотов, подходу к мячу. Укрепление мышц рук и верхнего плечевого пояса Развитие координационных способностей при изучении стоек, перемещений, пионербол	ОФП, ору в движение. Беговая разминка, волейбольные упражнения, осуществлять судейство.	Знать выполнение стоек передвижений. Поворотов в волейболе .правила игры пионербола.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных сферах.	.: выполнять правила игры. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности	текущий	ОФП
42		1	10 . Стойки и передвижения игрока. Игра.	Обучение технике верхней передачи мяча над собой в определенных условиях. Обучение технике приёма мяча 2 руками снизу. Укрепление мышц рук и верхнего плечевого пояса и формирование осанки. Пионербол	Ору с гимнастическими скамейками. приём мяча со стеной. В парах. Над собой.	Уметь демонстрировать технику приёмов и передач мяча. Осуществлять судейство.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, но и находить выходы	Р.: выполнять правила игры. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности	текущий	ОФП

							из спорных ситуаций.			
43		1	11. Комбинация из разученных элементов. Эстафеты.	Сочетание элементов, нижняя прямая подача приём мяча 2 снизу. Пионербол.	Ору в движении. Развитие скоростной выносливости.	Знать правила пионербола. Выполнять судейство. Знать технику выполнения нижней прямой подачи.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты. П: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение, слушать собеседника; <i>управление коммуникацией</i> – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	текущий	ОФП
44		1	12. Комбинация из разученных элементов. Эстафеты.	Стойка игрока. Передача мяча 2 руками сверху. Приём 2 снизу над собой и на сетку. Игра мини-волейбол.	Ору работа по станциям. Разминка направленная на развитие силовой выносливости.	Знать технику выполнения передач и приёмов мяча, правила мини-волейбола.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение	: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной	текущий	ОФП

						судейство	не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуации.	форме. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, формулировать свою позицию		
45		1	13. Двусторонняя игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола		Описывать технику игровых действий и приемов волейбола.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликта и находить выходы из спорных ситуаций.	Р.: выполнять правила игры. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками	Контрольный	ОФП
46		1	14. Двусторонняя игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами	Разминка со скакалками. Круовая тренировка. Техника безопасности при эстафетах.	Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных	.: использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от	текущий	ОФП

				волейбола.			ситуации.	ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности		
47		1	15. Круговая тренировка. Учебная игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Бег противходом. Змейкой. По диагонали. ОРУ без предмета, приём и передача в парах, следить за техникой безопасности.	Знать как выполнять передачи и приём мяча 2 снизу и сверху. уметь судить мини-волейбол.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных сферах.	Р.: выполнять правила игры. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности	текущий	ОФП
48		1	16. Круговая тренировка. Учебная игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами	Ору в движении. Специально прыжковые упражнения.	знать технику выполнения нападающего удара. играть в мини-волейбол. судейство	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой волейбола.	текущий	ОФП

				волейбола			ситуациях, умение не создавать конфликта и находить выходы из спорных ситуаций.			
		1	Круговая тренировка. Учебная игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Ору без предмета. круговая тренировка. Пионербол	Знать правила пионера бола. Уметь судить игру,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социально справедливости и свободе.	Р: <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П: <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	текущий	ОФП
		1	Круговая тренировка. Учебная игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра	Ору в движении. Круговая тренировка. игра передал мяч садись	Знать правила игры.. выполнять судейство. уметь демонстрировать перемещения и	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,	К: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Р: определять новый уровень отношения к	текущий	ОФП

				«Пионербол» с элементами волейбола		передачи.	социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных	самому себе как субъекту деятельности. П: выполнять приёмы мяча		
4 четверть - 20 часов.										
49		1	1.Теория. Инструктаж по технике безопасности.	Строевые упражнения. ОРУ, Вис согнувшись. Вис прогнувшись. развитие силовых способностей. Инструктаж по технике безопасности.	Значение ОРУ для сохранения правильной осанки.	Знать технику страховки. Как правильно выполнять висы. Упражнения для развития силы.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. П: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь	текущий	ОФП

50		1	2.Бег 3 минуты. Эстафеты линейные.	Строевые упражнения. Развитие силовых способностей, подтягивание в висе. Игра «светофор»	Ору в движение , круговая тренировка. Подтягивание играть в подвижную игру светофор. Знать правила игры «светофор» технику безопасности. выполнять подтягивание со страховкой.		Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных	Р: <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. П: <i>общеучебные</i> – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. К: <i>взаимодействие</i> – строить для партнера понятные высказывания	текущий	ОФП	
51		1	3. Бег 5мин. Специальные беговые упражнения.	Равномерный бег (5мин). ОРУ. Подвижные игры «Невод». Развитие выносливости.	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Невод»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Невод»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознания личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в	текущий	ОФП	

							ситуаций	подвижную игру «Невод»		
52		1	4. Бег 6 мин. Контрольный урок 60м.	Равномерный бег (6мин). Чередование бега с ходьбой. ОРУ. Подвижные игры «Бег с флажками». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Бег с флажкам»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Бег с флажками»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуации.	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Бег с флажками»	текущий	ОФП
53		1	5. Бег 8мин. Метание на дальность.	Равномерный бег (8мин). Чередование бега с ходьбой. ОРУ. Метание. Подвижные игры «Паровозики». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Паровозики»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Паровозики»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в	текущий	ОФП

							разных социальных	подвижную игру «Паровозики»		
54		1	6. Бег 9мин. Техника прыжка в длину с места.	Равномерный бег (9мин). Чередование бега с ходьбой. ОРУ. Прыжок в длину. Подвижные игры «Паровозики». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Паровозики»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Паровозики»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Паровозики»	текущий	ОФП
55		.1	7. Контрольный урок – бег 1000м.	Равномерный бег 1000м. ОРУ. Подвижные игры «Вызов номеров». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Вызов номеров»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Вызов номеров»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П -	текущий	ОФП

							на основе представлений о нравственных нормах, социально справедливости и свободе.	выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Вызов номеров»		
56		1	8. Бег 12мин. Спортивная игра «Лапта»	Равномерный бег (12мин). ОРУ. Спортивная игра «Лапта»	Разминка в движении. Беговые упражнения, спортивная игра «Лапта»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р - самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Команда быстроногих»	текущий	ОФП
57		1	9. Бег 15 мин. Развитие выносливости	Равномерный бег (15мин). ОРУ. Подвижные игры «Через кочки и пенечки». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Через кочки и пенечки»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Через кочки и пенечки»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	К-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р-самостоятельно выделять и	текущий	ОФП

							нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных	формулировать познавательные цели,находить необходимую информацию. П-выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Через кочки и пенечки»		
58		1	10. Бег 16 мин. Развитие выносливости	Равномерный бег (16мин). ОРУ. Подвижные игры «Разведчики и часовые». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Разведчики и часовые»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Через кочки и пенечки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям,развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социально справедливости и свободе.	К-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р-самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели,находить необходимую информацию. П-выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Разведчики и часовые»	текущий	ОФП
59		1	11. Бег 17 мин. Развитие выносливости	Равномерный бег (17мин) ОРУ. Подвижные игры «Пятнашки маршем». Развитие	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Разведчики и	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	К-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и	Бег 2 км без учета времени.	ОФП

				выносливости	часовые»	подвижной игры «Пятнашки маршем»	нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социально справедливости и свободе.	слушать друг друга. Р-самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Пятнашки маршем»		
60		1	12. Бег 18 мин. По пересечённой местности.	Бег 18 мин. По пересечённой местности. встречная эстафета, спец. беговые упражнения.	Организационно-методические требования, применяемые на уроках физкультуры, строевые упражнения, разминка в движении. Изучение нового материала.	Знать организационно-методические требования. Применяемые на уроках физкультуры, строевые упражнения	Развитие самостоятельности и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных	Р: <i>целесолагание</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 упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное</i>	текущий	ОФП

								<i>сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью		
61		1	13. Контрольный урок - бег 2000м.	Контрольный урок - бег 2000м. развитие скоростных возможностей, круговая эстафета. Влияние л/атлетических упражнений на здоровье	Разминка в движении. Тестирование бега 30метров, круговая эстафета. Совершенствования.	Знать правила проведения бега 30 метров с высокого старта, правила круговой эстафеты	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение	текущий	ОФП
62		1	14. Бег переменный с ходьбой – 19 мин.	Высокий старт (до 10-15м), бег по дистанции (19 мин), специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Встречная эстафета.	Беговая разминка, челночный бег, подвижная игра «Флаг на башне».	Знать технику бега по дистанции, правила подвижной игры «Флаг на башне».	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие	К: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами условиями коммуникации. Р: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному	текущий	ОФП

							навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных	правилу. П: выполнять встречную эстафету, играть а подвижную игру «Флаг на башне»		
63		1	15. Бег с ходьбой - 20мин.	Высокий старт (бег 20 мин), бег с ускорением (50-60м), финиширование, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки.	Беговая разминка, тестирование челночный бег 3x10м, подвижная игра «Колдунчики».	Знать технику бега по дистанции, правила, финиширование, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	К:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Р: проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. П:проходить технику бега по дистанции, правила, финиширование, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики».	текущий	ОФП
64		1	16. Бег с ходьбой - 20мин.	Бег (20мин). финиширование, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Подвижная игра «Разведчики и	Беговая разминка. Тестирование бега 60м с высокого старта, проведение подвижной игры «Разведчики и часовые».	Знать правила проведения тестирования бега на 60м с высокого старта, правила подвижной игры «Разведчики и	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	К: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р: самостоятельно	текущий	ОФП

				часовые».		часовые».	нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных	выделять и формулировать познавательные цели. П: проходить тестирование бега на 60м с высокого старта, играть в подвижную игру «Разведчики и часовые».		
65		1	17. Выполнение строевых упражнений.	ОРУ в движении. Подвижная игра «Попади в мяч». Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Разминка в движении, прыжок в длину способом «согнув ноги», Метание малого мяча в горизонтальную цель.	Знать как выполнять прыжок в длину и метание малого мяча. Правила подвижной игры «Попади в мяч».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	К: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Р: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. П: прыгать в длину с разбега, играть в подвижную игру «Попади в мяч».	текущий	ОФП
66		1	18. Эстафеты. Развитие силовых способностей.	Развитие силовых способностей. ОРУ. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых	Разминка на месте, прыжок в длину способом «согнув ноги», Метание малого мяча в вертикальную цель.	Знать технику выполнения прыжка в длину и метание малого мяча. Правила подвижной игры	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о	К: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Р: контролировать	текущий	ОФП

				качеств.		«Кто дальше бросит».	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных	свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. П: прыгать в длину с разбега, играть в подвижную игру «Кто дальше бросит».		
67		1	19. Двусторонняя игра.	Подвижная игра «Метко в цель». Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Разминка в движении, прыжок в длину способом «согнув ноги», Метание малого мяча в вертикальную цель.	Знать технику выполнения прыжка в длину и метание малого мяча. Правила подвижной игры «Метко в цель».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	К: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Р: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. П: прыгать в длину с разбега, играть в подвижную игру «Кто дальше бросит».	текущий	ОФП
68		1	20. Двусторонняя игра.	ОРУ. Развитие выносливости. Подвижная игра Салки маршем.	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра Салки маршем	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознания личностного смысла учения,	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг другаР-	текущий	ОФП

						Салки маршем.	развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Спорных ситуаций.	самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию П-выполнять беговые упр, играть в п.и.		
--	--	--	--	--	--	---------------	--------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 8-9 класс ФГОС

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема урока	Характеристика деятельности учащихся	Планируемые результаты			Д/З
					Предметные УУД	Метапредметные УУД	Личностные УУД	
I четверть – 18 часов.								
1.			1 Инструктаж по ТБ	Вводный. Развитие общей выносливости Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Инструктаж по технике безопасности на уроках по легкой атлетике. Развитие скоростных качеств	Знать разновидности ходьбы. Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м К. Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Правила безопасн
2			2.Бег 4мин. Специальные беговые упражнения	Стартовый разгон. Бег 30 м на результат. Специальные беговые	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м К. использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения,	ОФП

			упражнения. Эстафетный бег.	легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	
3		3.Бег 4 мин. Эстафетный Бег.	Бег по дистанции (70–80 м). Тестирование: прыжок в длину с места на результат. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Знать и уметь выполнять технику прыжков.	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м К. Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
4		4. Бег 5 мин. по дистанции . Специальные беговые упражнения.	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м К. использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП

5			5.Бег 6 мин. Бег по дистанции. Совершенствование техники метания малого мяча на дальность.	Выполнение строевых упражнений. Техника высокого старта. Совершенствовать технику метания малого мяча с разбега на дальность Провести бег до 6-х мин.(м), до 5 мин	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	П. Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
6			6.Контрольный урок – бег 60м.	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Финиширование. Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Уметь выполнять технику бега в быстром темпе, правила финиширования.	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОФП
7			7.Бег 7 мин. Прыжок в длину с места.	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Финиширование. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Уметь выполнять прыжок в длину с места. Правила приземления. Проявлять качества выносливости выполняя медленный бег до 7ми минут	П. Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП

8			8.Бег 8 минут. <u>Метание на дальность.</u>	Бег на выносливость 8 мин. (1100 – 1300м) ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Уметь выполнять самостоятельно специальные беговые упражнения.	П. Уметь правильно выполнять движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
9			9.Бег на развитие дыхательной системы 9 мин. Специальные беговые упражнения.	Бег на развитие дыхательной системы 9 мин. (1300 – 1500м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств.	Уметь правильно распределять силы по дистанции.	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОФП
10			10.Контрольный урок – прыжок в длину с места.	Прыжок в длину с места на результат. Фаза толчка и приземление. Метание мяча (150 г) на дальность с 5–6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения	Уметь выполнять прыжок в длину с места метание теннисного мяча на дальность с 5–6 шагов	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП

11			<u>11.Контрольный урок – бег 1500(д), 2000(м).</u>	Специальные беговые упражнения. ОРУ.	Знать правила техничного дыхания при беге по длинной дистанции. Моделировать технику выполнения игровых действий, в зависимости от изменения задач	П. Правильно выполнять К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
12			12.Бег 15 минут. Совершенствование техники бега по длинной дистанции.	1. Повторить строевые упражнения (построение в колонну, шеренгу); 2. совершенствовать технику длительного бега в медленном темпе способом подвижных игр. Обучение технике верхней передачи мяча над собой в определенных условиях. Развитие координационных способностей при выполнении верхней передачи мяча над собой.	Знать правила техничного дыхания при беге по длинной дистанции. Моделировать технику выполнения игровых действий, в зависимости от изменения задач	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОФП

13			13.Бег 15 минут. Преодоление горизонтальных препятствий Совершенствование техники бега по длинной дистанции.	1.совершенствовать технику длительного бега 2 . Повторить строевые упражнения(повороты на право ,на лево) 3. Совершенствовать технику специально беговых упражнений	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробежать с максимальной скоростью до 60 м К. использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
14			14.Бег 16 мин. Кроссовая подготовка.	1 .Комплекс ОРУ. 2. Метание мяча в цель с места 3. Бег в медленном темпе до 16 мин.	Уметь выполнять технично бег по длинной дистанции Проявлять качества выносливости выполняя медленный бег до 16 ти минут	П. Правильно распределять силы по дистанции. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
15			15.Бег 16 мин. Развитие выносливости.	1. Повторить строевые упражнения 2. совершенствовать технику длительного бега в медленном темпе способом подвижных игр.	Знать правила техничного дыхания при беге по длинной дистанции. Моделировать технику выполнения игровых действий, в зависимости от изменения задач	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из	ОФП

							спорных ситуаций	
16			16.Бег 17 мин. Спортивная игра «Лепта»	1. Комплекс ОРУ 2. Совершенствовать технику длительного бега в медленном темпе 3. Ознакомление с правилами игры.	. Соблюдать правила техники безопасности при игре в спортивную игру. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	П. Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать мячи на дальность с места, из различных положений К. формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
17			17.Бег 18мин. Развитие выносливости.	Бег (1500 м – д., 2000 м – м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лепта». Правила соревнований. Развитие выносливости	Уметь бегать длинные дистанции ,правильно распределяя силы по дистанции.	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП

18			18. Бег- 3000м Б/В	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Уметь : бегать длинные дистанции ,правильно распределяя силы по дистанции.	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОФП
			Строевые упражнения.	Стойки и передвижения.	Уметь правильно выполнять команды и перестроения.	П. Правильно выполнять перестроения.. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
			Развитие силовых способностей.	ОРУ. ОФП. Специальные беговые упражнения.	Уметь правильно выполнять упражнения на развитие силовых качеств.	П. Уметь правильно выполнять силовые упр.. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП

II четверть – 14 час.

19		1.Инструктаж по ТБ.	1.Строевые упражнения . 2. баскетбол Теория: О правилах безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями в спортивном зале	Различать и выполнять строевые команды. Сочетание остановок и передвижений. Броски в кольцо.	П. Уметь выполнять строевые команды, баскетбольные приёмы. К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП
20		2.Правила игры «Баскетбол»	1. Комплекс УГ 2. подвижные игры с элементами баскетбола Теория: Правила безопасного поведения в спортивном зале, дыхание при ходьбе и беге	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять сочетание остановок и передвижений. Броски в кольцо.	П. Уметь выполнять строевые команды, баскетбольные приёмы. К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП
21		3.Сочетание приёмов передвижений и остановок	Ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния из – под щита. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить	ОФП

							выходы из спорных ситуаций	
22			4.Сочетание приёмов передвижений и остановок.	Ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния из – под щита. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь выполнять строевые команды, играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП
23			5.Сочетание приёмов передвижений и остановок.	Ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния из – под щита. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь выполнять строевые команды, играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП
24			6.Ведение мяча с сопротивлением на месте. Учебная игра.	1. закрепить технику ведения мяча. 2. эстафеты с элементами баскетбола.. 3. учебная игра.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и	

							находить выходы из спорных ситуаций	
25			7.Ведение мяча с сопротивлением на месте. Учебная игра.	1. закрепить технику ведения мяча. 2. эстафеты с элементами баскетбола.. 3. учебная игра.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь выполнять строевые команды, К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП
26			8.Ведение мяча с сопротивлением на месте. Учебная игра.	1. закрепить технику ведения мяча. 2. эстафеты с элементами баскетбола.. 3. учебная игра.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь выполнять строевые команды, К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП
27			9.Бросок одной от плеча с места. Учебная игра.	1. Провести игры – эстафеты с различными предметами и препятствиями 2.учебная игра	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОФП

28			10.Бросок одной от плеча с места. Учебная игра.	1.ОРУ 2.Броски набивного мяча друг другу с ловлей и различными передачами 3. Полоса препятствий 4. Эстафета с набивными мячами и бегом 5. Подтягивание	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять баскетбольные приёмы; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	П. Уметь выполнять строевые команды, К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП
29			11.Передача двумя от груди в движении в парах. Учебная игра.	1.ОРУ 2.Броски набивного мяча друг другу с ловлей и различными передачами 3. Полоса препятствий 4. Эстафета с набивными мячами и бегом 5. Подтягивание	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять баскетбольные приёмы; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	П. Уметь выполнять строевые команды, К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП
30			12.Передача двумя от груди в движении в парах. Учебная игра.	1.ОРУ 2.Броски набивного мяча друг другу с ловлей и различными передачами 3. Полоса препятствий 4. Эстафета с набивными мячами и бегом 5. Подтягивание	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОФП.
31			13.Передача от плеча в движении в тройках. Учебная игра.	Ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий	П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП

				– бросок в два шага в корзину с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния из – под щита. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	физическими упражнениями	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.		
32			14.Передача от плеча в движении в тройках. Учебная игра.	Ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния из – под щита. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять баскетбольные элементы; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	П. Уметь выполнять строевые команды, К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП
			Передача от плеча в движении в тройках. Учебная игра.	Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от плеча после двух шагов. Нападение быстрым прорывом	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОФП.
			Передача от плеча в движении в тройках. Учебная игра.	Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от плеча после двух шагов. Нападение быстрым прорывом	Различать и выполнять строевые команды. Соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической	ОФП

						Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	культурой	

Зчетверть – 16 часов.

33			1.Вводный. Инструктаж по ТБ Теория.	Т.Б. на уроках	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Уметь правильно передвигаться на лыжах. К. Управление коммуникацией – адекватно использовать речь Р. Планирование – составлять план и последовательность действий для планирования и регуляции своей деятельности	Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию	ОФП
34			2.Баскетбол. Правила игры.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые задания 2х2, 3х3, 4х4. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений К. Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Р. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение планировать собственную	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	ОФП

						деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.		
35			3.Сочетание приёмов передвижений и остановок. Двусторонняя игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые задания 2х2, 3х3, 4х4. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП
36			4.Сочетание приёмов передвижений и остановок. Двусторонняя игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые задания 2х2, 3х3, 4х4. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений К. Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Р. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	ОФП
37			5.Сочетание приёмов передвижений и остановок.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с	Формирование навыка систематического наблюдения за	ОФП

			Двусторонняя игра.	одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые задания 2x2, 3x3, 4x4. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.		выполнением упражнений К. Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Р. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	
38			6.Сочетание приёмов передвижений и остановок. Двусторонняя игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые задания 2x2, 3x3, 4x4. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП
39			7.Ведение мяча с сопротивлением на месте. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые задания 2x2, 3x3, 4x4. Учебная	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП

			игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.		Р. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.		
40		8.Ведение мяча с сопротивлением на месте. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые задания 2х2, 3х3, 4х4. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений К. Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Р. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	ОФП
41		9.Ведение мяча с сопротивлением на месте. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые задания 2х2, 3х3, 4х4. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений К. Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Р. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	ОФП

						отдых в процессе ее выполнения.		
42			10.Бросок одной от плеча с места. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые задания 2х2, 3х3, 4х4. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП
43			11.Бросок одной от плеча с места. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые задания 2х2, 3х3, 4х4. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	П. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений К. Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Р. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	
44			12.Волейбол. Комбинации из разученных перемещений.	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи.	Уметь играть в волейбол, применяя изученные технические приемы.	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе	

				Игра по упрощенным правилам		Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	представлений о нравственных нормах.	
45		13.Передача в тройках после перемещения. Учебная игра.	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам	Уметь играть в волейбол, применяя изученные технические приемы.	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП	
46		14.Передача в тройках после перемещения. Учебная игра.	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам	Уметь играть в волейбол, применяя изученные технические приемы.	П. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений К. Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Р. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования,	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	ОФП	

						организации мест занятий. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.		
47		15.Передача в тройках после перемещения. Учебная игра.	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	<i>Уметь</i> играть в волейбол, применяя изученные технические приемы.	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП	
48		16.Передача в тройках после перемещения. Учебная игра.	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам	<i>Уметь</i> играть в волейбол, применяя изученные технические приемы	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	ОФП	
		Передача в тройках после перемещения. Учебная игра.	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи.	<i>Уметь</i> играть в волейбол, применяя изученные технические приемы.	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	ОФП	

4 четверть -20 часов.

49			1.Инструктаж по ТБ Круговая тренировка. Двусторонняя игра.	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	Р: <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П: <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП
50			2.Круговая тренировка. Двусторонняя игра.	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	Р: <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П: <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП
51			3.Круговая тренировка. Двусторонняя игра.	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП

						на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.		
52			4.Круговая тренировка. Двусторонняя игра.	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь играть в волейбол, применяя изученные технические приемы.	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП
53			5.Круговая тренировка. Двусторонняя игра.	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь играть в волейбол, применяя изученные технические приемы.	Р.: выполнять правила игры. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП
54			6.Круговая тренировка. Двусторонняя игра.	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП
55			7.Круговая тренировка. Двусторонняя игра.	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП

56			8.Бег 3 мин. Специальные беговые упражнения.	Развитие общей выносливости Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Инструктаж по технике безопасности на уроках по легкой атлетике. Развитие скоростных качеств	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП
57			9.Бег 4 мин. Эстафетный бег.	Развитие общей выносливости Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Инструктаж по технике безопасности на уроках по легкой атлетике. Развитие скоростных качеств	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	Р.: выполнять правила игры. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП
58			10.Бег 5 мин. Специальные беговые упражнения.	Развитие общей выносливости Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Инструктаж по технике безопасности на уроках по легкой атлетике. Развитие скоростных качеств	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м К. Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развить мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
59			11.Бег 6 мин. Бег по дистанции.	Выполнение строевых упражнений. Техника высокого старта. Совершенствовать технику	Описывать технику прыжковых упражнений. Научиться выполнять легкоатлетические	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. К. использовать общие приемы решения	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный	ОФП

			метания малого мяча с разбега на дальность Провести бег до 6-х мин.(м), до 5 мин	упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	
60		12.Контрольный урок. Бег 60 м.	ОРУ Специальные беговые упражнения. Бег 60 м с высокого старта.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	ОФП
61		13.Бег 7 мин. Прыжок в длину с места.	Прыжок в длину с места с зоны отталкивания. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в беге, прыжках	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
62		14.Бег 8 мин. Метание на дальность.	Передача набивного мяча (1кг) в максимальном темпе, в кругу, в разных исходных положениях. Метание набивного мяча одной рукой и двумя в разных исходных положениях и различными способами(сверху, сбоку, снизу, от груди). Развитие	Описывать технику метания малого мяча и набивного. Осваивать технику метания малого мяча и набивного Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча и набивного. Проявлять качества силы, быстроты и координации	П. Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование	ОФП

				скоростно-силовых качеств. Олимпийское движение современности	при метании малого мяча.	определять наиболее эффективные способы достижения результата.	установки на безопасный, здоровый образ жизни	
63			15.Бег 9 мин. Специальные беговые упражнения.	. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости	Уметь правильно дышать в беге на длинные дистанции.	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	ОФП
64			16.Контрольный урок. Прыжок в длину с места.	. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости	Уметь правильно дышать в беге на длинные дистанции. Совершенствовать технику прыжковых упражнений.	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
65			17.Контрольный урок. Бег 1500 м (д), 2000м (м)	. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости	Уметь правильно дышать в беге на длинные дистанции.	П. Правильно распределять силы по дистанции. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП
66			18.Бег 15 мин. Развитие	Специальные беговые упражнения. Спортивная игра	Уметь правильно дышать в	П. Уметь владеть мячом: держание,	Оказывать	

