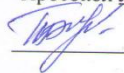


**Управление образования муниципального образования администрации
города Астрахани
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение г. Астрахани
«Гимназия №2»**

СОГЛАСОВАНО Управляющим Советом Протокол № 4 от 25.08.2018г.  Бурдыгина Т.П.	ПРИНЯТО Педагогическим Советом Протокол № 9 от 28.08.2018г. Директор  С. В. Еремина	СОГЛАСОВАНО Председатель ПК Протокол № 16 от 27.08.2018 г.  Катмыкова И.В.
ОДОБРЕНО Родительским советом Протокол № 5 от 25.08.2018 г.	УТВЕРЖДЕНО Директором МБОУ г. Астрахани «Гимназии №2» Приказ № 732 от 31.08.2018 г. Директор  С. В. Еремина	ОДОБРЕНО Советом обучающихся Протокол № 5 от 28.08.2018 г.  Фирсова О.В..

Рабочая программа
учебного предмета « Физическая культура»
5-9 классы

Разработчики

Учитель физической культуры: Диянова С.Н

Учитель физической культуры: Арушанян И.Ю.

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 3х10 м	9,5	10,0
	Бросок малого мяча в	3	3
	стандартную мишень, м		

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, приобретается 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 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).

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.

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.

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.

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

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)

№	Вид программного материала	Кол-во часов					
		классы					
		5	6	7	8	9	
1	Базовая часть	68	68	68	68	68	
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе уроков					
1.2	Волейбол	10	10	10	10	10	
1.3	ОФП	10	10	10	10	10	
1.4	Легкая атлетика	24	24	24	24	24	
1.5	Кроссовая подготовка	24	24	24	24	24	
2	Вариативная часть (Уроки по выбору спортивные игры, тесты ГТО, ОФП, фитнес)	34	34	34	34	34	
	итого	102	102	102	102	102	

Планируемые результаты освоения учебного курса.						
Ученик научится:		Ученик получит возможность научиться:		КУ	КК	СОУ
5 -7 класс						
Ученик научится:		Ученик получит возможность научиться:		КУ	КК	СОУ
• Развитие скоростных возможностей, линейная эстафета. Влияние л/атлетических упражнений на здоровье.		• Развитие мотивов учебной деятельности и освоение личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях.		100	100	90
• 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.		100	100	90
• Знать правила проведения тестирования бега на 60м с высокого старта, правила подвижной игры «Разведчики и часовые».		• Развитие этических чувств, доброжелательности 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.		100	100	90
• Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с 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.		• 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		100	100	90
• 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		100	100	90
• Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций.Выполнять судейство пионербола		Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций.		100	100	90
• Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальнойвыносливости. ОРУ в движении		Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям,развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных		100	100	90

	нормах, социально справедливости и свободе.			
8 -9 класс				
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	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ	100	100	85
Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	100	100	85
Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	100	100	85
Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	100	100	85
Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	100	100	85
Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	100	100	85
Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными	100	100	85

	играми; Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.			
Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. Использовать общие приемы решения поставленных задач. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	100	100	85

Календарно- тематическое планирование 5-7 класс.

№	Дата	Кол -во час ов	Тема урока	Содержание образования	Виды деятельности	Планируемый результат освоения материал а	Планируемый личностный результат	Планируемый метопредметный результат	Виды контроля	Дома шнее задан ие
Лёгкая атлетика 27- часов										
1		1	1.Инструк таж 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 личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях.	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы,	Текущий	ОФП

								обращаться за помощью		
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 эстафеты	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и и личностной ответственности за свои поступки.	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
3 *		1	3.Бег 4 минуты. Развитие скоростных качеств. Урок по выбору	Высокий старт (до 10-15м), бег по дистанции, 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 мотивов учебной деятельности и освоение личностного смысла учения, принятия и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	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 правилу. П: выполнять	Текущий	ОФП

							социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	встречную эстафету, играть а подвижную игру «Флаг на башне»		
4		1	4.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 3х10м, 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
5		1	5.Бег 6 минут. Контрольный урок 60м.	Бег на результат . финиширование, специальные беговые упражнения, развитие скоростных	Беговая разминка. Тестирование бега 60м с высокого старта, проведение подвижной игры «Разведчики и	Знать правила проведения тестирования бега на 60м с высокого старта,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	К: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Бег 60м: М: «5»-10,2с	ОФП

			Эстафетный бег.	возможностей. Подвижная игра «Разведчики и часовые».	часовые».	правила подвижной игры «Разведчики и часовые».	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.	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.	
--	--	--	-----------------	--	-----------	--	---	--	---	--

6		1	6.Бег 7 мин. Метание мяча в цель 1х1 с 8-10 м. Урок по выбору	Бег на результат (60м). финиширование, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Метание в цель. Подвижная игра «Разведчики и часовые».	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 мотивов учебной деятельности и сознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	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
7		1	7.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 личностного 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».		
8		1	8.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 личностного 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
9		1	9.Бег 10 мин. Контрольный урок –	Метание малого мяча в горизонтальную цель (1х1) с 5-6м. ОРУ. Специальные беговые	Разминка на месте, прыжок в длину способом «согнув ноги», Метание малого	Знать технику выполнения прыжка в длину и метание	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов,	Оценка техники выполнения прыжка в	ОФП

			техника метания. Урок по выбору	упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	мяча в вертикальную цель.	малого мяча.	нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	устанавливать рабочие отношения. Р: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. П: выполнять контрольный прыжок в длину с разбега.	длину	
10		1	10. Контрольный урок – бег 1000 м.	Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижная игра Салки.	Разминка в движении. Специально беговые упражнения. Игра Салки. Изучение нового материала.	Знать технику бега на средние дистанции. Правила игры Салки.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	К.- с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р.- контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. П.- выполнять спец. беговые упражнения, играть в подвижную игру Салки.	Текущий	ОФП

11	.	1	11.Бег 12 мин.	Бег 12 минут. Ору Развитие выносливости. Подвижная игра «Салки маршем».	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра Салки маршем	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры Салки маршем.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознания личностного 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 Салки маршем.	текущий	ОФП
12		1	12.Бег 14 минут. Развитие выносливости. Урок по выбору	Бег 14 минут. Развитие выносливости. Спортивная игра «Лепта» спец. беговые упражнения. ОРУ	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра Салки маршем	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры Салки маршем.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознания личностного 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 Салки маршем.	текущий	ОФП

13		1	13.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
14		1	14.Бег 16 минут. Развитие выносливости.	Равномерный бег (16мин). Чередование бега с ходьбой. ОРУ. Подвижные игры «Бег с флажками». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Бег с флажками»	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	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 «Бег с флажками»		
15		1	15.Бег 17 минут. Развитие выносливости. Урок по выбору	Равномерный бег (17мин). Чередование бега с ходьбой. ОРУ. Подвижные игры «Бег с флажками». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Бег с флажками»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Бег с флажками»	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- 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
16		1	16.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 личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и	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

							взрослыми в разных социальных ситуациях	выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Паровозики»		
17		1	17.Бег 18 минут по пересечён ной 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 личностного 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
18		1	18.Контрольный урок 2000 м. Урок по выбору	Равномерный бег 2000м. 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 личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую	текущий	ОФП

							со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	информацию. П- выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Вызов номеров»		
19		1	19.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 личностного 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
20		1	20.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	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоения	К- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р - самостоятельно	текущий	ОФП

						быстроногих»	социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. П-выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Команда быстроногих»		
21		1	21.Бег с ходьбой (20 мин). Урок по выбору	Бег с ходьбой (20 мин). Преодоление препятствий. 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 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-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
22		1	22.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,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	К-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	текущий	ОФП

			й.			правила подвижной игры «Через кочки и пенечки»	личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	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»		
23		1	23.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 личностного 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 «Разведчики и часовые»	текущий	ОФП

24		1	24.Эстафеты. Урок по выбору	ОРУ. Эстафеты. Двусторонняя игра.	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Пятнашки маршем»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Пятнашки маршем»	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-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»	текущий	ОФП
25		1	25.Развитие силовых способностей	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 личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и 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	Бег 2 км без учета времени.	ОФП

							ситуациях	подвижную игру «Пятнашки маршем»		
26		1	26. Подтягивания в висе(м), в висе(м), в висе стоя(д).	Подтягивания в висе(м), в висе стоя(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 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
27		1	27.Эстафеты. Урок по выбору	Эстафеты. Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная 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	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	Бег 2 км без учета времени.	ОФП

							разных социальных ситуациях	упражнения, играть в подвижную игру «Пятнашки маршем»		
2 четверть – 21 часа.										
28		1	1.Баскетбол. Правила ТБ при игре в баскетбол.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Правила ТБ при игре в баскетбол.	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 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, играть в подвижную игру «Защитная стойка».	текущий	ОФП
29		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	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 личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли обучающегося,	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее	текущий	ОФП

				качеств. Терминология баскетбола.			развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах, играть в подвижную игру «Защитная стойка».		
30		1	3. Стойка и передвижение игрока. Урок по выбору	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.	Разучивание разминки с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра «Капитаны».	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность Правила подвижной игры « Капитаны»	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, играть в подвижную игру «Капитаны».	текущий	ОФП
31		1	4. Стойка и передвижение игрока.	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	Разучивание разминки с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра «Капитаны».	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность Правила подвижной игры «Капитаны»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоения социальной роли	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть	Оценка техники стойки и передвижени я игрока.	ОФП

				координационных качеств.			обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах, играть в подвижную игру «Капитаны».		
32		1	5. 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 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, играть в подвижную игру «Осада города».	текущий	ОФП
33		1	6. Стойка и передвижение игрока. Урок по выбору	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком.	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	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать).	текущий	ОФП

				Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		подвижной игры «Осада города»	принятие и освоения социальной роли обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	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».		
34		1	7. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска мяча. Игра.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. 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 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, играть в подвижную игру «Осада города».	текущий	ОФП
35		1	8. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска мяча.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция,	Оценка техники ведения мяча на	ОФП

			Игра.	Остановка прыжком. Ловля мяча. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	игра «Осада города»	Правила подвижной игры «Осада города»	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 «Осада города».	месте.	
36		1	9. Бросок одной от плеча в парах. Игра. Урок по выбору	Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок одной от плеча, двумя руками снизу в движении.	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
37		1	10. Развитие координационн ых	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением скорости.	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция,	текущий	ОФП

			способностей.	Бросок двумя руками снизу в движении Позиционные нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	игра «Штурм»	точность Правила подвижной игры «Штурм»	личностного 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 «Штурм».		
38		1	11. 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
39		1	12. 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	Оценка техники ведения	ОФП

			в парах. Игра. Урок по выбору	изменением направления. 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,	мяча с изменением направления .	
40		1	13. Передача одной от плеча в парах. Игра.	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с 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.	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
41		1	14. Передача одной от плеча	Сочетание элементов. Передача одной от	Разминка с мячом в парах, броски и ловля	Знать варианты выполнения	Развитие мотивов учебной	К: слушать и слышать друг друга, управлять	Оценка техники	ОФП

			в парах. Игра.	плеча в парах. Позиционные нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	мяча в парах на точность. Подвижная игра «Штурм»	бросков мяча в парах на точность Правила подвижной игры «Штурм»	деятельности и осознание личностного 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,	броска мяча в движении.	
42		1	15.Сочетание приёмов ведения, остановок, броска. Игра. Урок по выбору	Стойка и передвижение игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча 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 Знать правила баскетбола	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

43		1	16. Сочетание приёмов ведения, остановок, броска. Игра.	Сочетание элементов. 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 варианты выполнения бросков мяча в парах на точность Игра в мини-баскетбол	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
44		1	17. 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	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

							ситуациях			
45		1	18. Сочетание приёмов ведения, остановок, броска. Игра. Урок по выбору	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 варианты выполнения бросков мяча в парах на точность , как ловить отскочивший мяч.	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 одной рукой от плеча с места.	ОФП
46		1	19.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.	ОРУ с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность.	Знать варианты выполнения бросков мяча в парах на точность правила ловли мяча.	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	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

							социальных ситуациях			
47		1	20. 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 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 одной рукой от плеча в движении.	ОФП
48		1	21. Передача в тройках в движении со сменой мест. Игра. Урок по выбору	Бросок одной рукой т плеча с места со средней дистанции. 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	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 23 урока						разных социальных ситуациях			
49		1	1. Теория. Правила техники	Игра в мини- баскетбол.	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
50		1	2. 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.	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	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть	текущий	ОФП

				Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.			обучающегося, развитие навыков и сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	ошибку и исправить ее по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч а парах.		
51		1	3. Передача в тройках в движении со сменой мест. Игра. Урок по выбору	Сочетание элементов. 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
52		1	4 . Передача в тройках в движении со	Теория. Правила техники безопасности. Игра	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.	в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	точность.	парах на точность, правильно выполнять технические действия.	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.		
53		1	5.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 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
54		1	6.Стойки и передвижения	Сочетание элементов. Нападение быстрым	Разминка с мячом в парах, броски и ловля	Знать варианты выполнения	Развитие мотивов учебной	К: слушать и слышать друг друга, управлять	Оценка техники	ОФП

			игрока. Урок по выбору	прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	мяча в парах на точность.	бросков мяча в парах на точность . правила игры в мини-баскетбол.	деятельности и осознание личностного 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.	броска одной рукой от плеча в движении.	
55		1	7. Стойки и передвижения игрока.	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	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

							социальных ситуациях			
56		1	8. Стойки и передвижения игрока.	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 в движении. эстафеты с элементами баскетбола.	Знать технику безопасности волейбола. Выполнять эстафеты по правилам баскетбола.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выход из них.	Р.: применять правила подбора одежды для занятий баскетболом. П.: моделировать технику действий и приемов баскетболиста. К.: соблюдать правила безопасности	текущий	ОФП
57		1	9. Стойки и передвижения игрока. Урок по выбору	Сочетание элементов в баскетболе, передача мяча 2 руками сверху.	Разминка в движении. Выполнять правильно технические действия. Правила подвижной игры.	Знать как выполняется передача мяча 2 сверху. правила подвижной игры.	Принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие эмоционально-нравственной отзывчивости.	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий	текущий	ОФП

58		1	10. 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
59		1	11. 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 вперёд.	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 технических действий.	текущий	ОФП
60		1	12. Бросок одной от плеча	Сочетание элементов баскетбола. Бросок	ОРУ в движении. Передачи точно	Знать выполнение	Развитие мотивов учебной	К: слушать и слышать друг друга, управлять	Текущий	ОФП

			в парах. Игра. Урок по выбору	от плеча. Подвижная игра «Летучий мяч»	партнёру, подвижная игра «летучий мяч»	передач , правила игры «летучий мяч»	деятельности и осознание личностного 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.		
61		1	13.Развитие координационн ых способностей.	Сочетание элементов в баскетболе. встречные и линейные эстафеты с элементами баскетбола. Подвижные игры .	Разминка с мячом в парах, передачи и ловля мяча, правила подвижных игр.	Знать передачи мяча 2 сверху на месте и после передачи вперёд. правила подвижных игр.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного 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, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	Контрольн ый	ОФП

62		1	14.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 демонстрировать 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, 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 технический действий волейбола.	текущий	ОФП
63		1	15. Волейбол. Урок по выбору	Обучение технике приемов и передач мяча. Укрепление всех групп мышц и систем организма, формирование осанки, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Ору в парах. Беговая разминка, челночный бег, ОФП	Знать правила игры в пионербол. Как выполняются приемы и передачи мяча. осуществлять судейство пионербола	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций.	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола.	контрольный	ОФП
64		1	16. Стойки и передвижения	Обучение технике прыжков, стоек,	ОФП, ору в движение. Беговая разминка,	Знать выполнение	Развитие самостоятельность	.: выполнять правила	текущий	ОФП

			игрока. Игра.	поворотов, подходу к мячу. Укрепление мышц рук и верхнего плечевого пояса Развитие координационных способностей при изучении стоек, перемещений, пионербол	волейбольные упражнения, осуществлять судейство.	стойек передвижений. Поворотов в волейболе .правила игры пионербола.	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 сферах.	игры. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности		
65		1	17. 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 личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфлик, но и находить выходы из спорных	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

							ситуаций.			
66		1	18 . Стойки и передвижения игрока. Игра. Урок по выбору	Ознакомление с техникой выполнения нижней подачи мяча с одного шага. Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Круговая тренировка, разминка направленная на развитие силы., выносливости.	Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций.Выполнять судейство пионербола	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций.	Р: <i>планирование</i> – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат. П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	текущий	ОФП
67		1	19. 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	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	текущий	ОФП

							за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социально справедливости и свободе.	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		
68		1	20. 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. судейство	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций.	: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, формулировать свою позицию	текущий	ОФП
69		1	21. Комбинация из разученных элементов. Эстафеты. Урок по выбору	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости,	Ору. Круговая тренировка, разминка направленная на развитие силы, выносливости.	Знать правила мини-волейбола. Судейство техники выполнения нижней прямой подачи.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Р: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме.	текущий	ОФП

				учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола			нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных сферах.	К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, формулировать свою позицию		
71		1	22. 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 личностного 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
72		1	23. Двусторонняя игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных	Разминка со скакалками. Круовая тренировка. Техника безопасности при	Организовывать совместные занятия волейболом со	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	.: использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств.	текущий	ОФП

				способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола.	эстафетах.	сверстниками.	социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуации.	П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопаснос		
				4 четверть 30 уроков						
73		1	1 . Теория. Инструктаж по технике безопасности .Круговая тренировка. Учебная игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Разучивание комплекса разминки. С гимнастическими палками., специально прыжковые упражнения для нападающего удара.	Осваивать технику игровых действий и приемов самостоятельно. уметь судить мини-волейбол.	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.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий	текущий	ОФП

74		1	2. 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 противоходом. 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
75		1	3. Круговая тренировка. Учебная игра. Урок по выбору	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Ору в движении. Специально прыжковые упражнения.	знать технику выполнения нападающего удара. играть в мини-волейбол. судейство	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликта и находить выходы	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технической действий волейбола.	текущий	ОФП

							из спорных ситуаций.			
76		1	4.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 с предметом. спец. беговые прыжковые упражнения.	Уметь демонстрировать прием 2 снизу. И передачу 2 сверху. Знать упрощенные правила мини-волейбола	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций.	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения. П: <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	текущий	ОФП
77		1	5. 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	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.	текущий	ОФП

							на основе представлений о нравственных нормах, социально справедливости и свободе.	К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию		
78		1	6.Круговая тренировка. Учебная игра. Урок по выбору	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Ору в движении. Круговая тренировка. игра передал мяч садись	Знать правила игры.. выполнять судейство. уметь демонстрировать перемещения и передачи.	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:добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Р:определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. П: выполнять приёмы мяча	текущий	ОФП
79		1	7.Круговая тренировка. Учебная игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с	Укрепление мышц рук и верхнего плечевого пояса и формирование осанки. Развитие координационных способностей при выполнении верхней передачи мяча над собой.	Умение демонстрировать технику выполнения нижней прямой подачи. Приёма 2 руками снизу.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический	текущий	ОФП

				элементами волейбола			разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	действий волейбола		
80		1	8..Круговая тренировка. Учебная игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости. ОРУ в движении	Знать как выполнять передачи и приём мяча 2 снизу и сверху. уметь судить мини-волейбол.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций.	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 в парах	текущий	ОФП
81		1	9. Круговая тренировка. Учебная игра. Урок по выбору	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости. ОРУ в движении	Знать как выполнять передачи и приём мяча 2 снизу и сверху. уметь судить мини-волейбол.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход	К: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Р: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправить ее	текущий	ОФП

				элементами волейбола			из спорных ситуации.	по указанию взрослого. П: бросать и ловить мяч в парах		
82		1	10. Круговая тренировка. Учебная игра.	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости. ОРУ в движении	Знать как выполнять передачи и приём мяча 2 снизу и сверху. уметь судить мини-волейбол.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуации.	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 в парах	текущий	ОФП
	4 четверть 30 часов									
83		1	11. Круговая тренировка. Учебная игра	Строевые упражнения. ОРУ, Вис согнувшись. Вис прогнувшись. развитие силовых способностей. Инструктаж по технике	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	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. П: <i>общеучебные</i> –	текущий	ОФП

				безопасности.			самостоятельность и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социально справедливости и свободе.	ориентироваться в разнообразии способов решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь		
84		1	12. Бег 3 минуты. Эстафеты линейные. Урок по выбору	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 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
85		1.	13. Бег 4мин. Развитие скоростных	Равномерный бег (4мин). ОРУ. Подвижные игры	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра	Знать технику выполнения беговых	Развитие мотивов учебной деятельности и	К- эффективно сотрудничать и способствовать	текущий	ОФП

			качеств.	«Невод». Развитие выносливости.	«Невод»	упражнений, правила подвижной игры «Невод»	осознания личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	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»		
86		1	14. 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 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
87		1	15. Бег 6 мин. Контрольный	Равномерный бег (6мин). Чередование бега с ходьбой. ОРУ.	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Бег с	Знать технику выполнения беговых	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и	К- эффективно сотрудничать и способствовать	текущий	ОФП

			урок 60м. Урок по выбору	Подвижные игры «Бег с флажками». Развитие выносливости	флажкам»	упражнений, правила подвижной игры «Бег с флажками»	взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуации.	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»		
88		1	16. Бег 7мин Метание мяча в цель 1*1 с 8-10м.	Равномерный бег (7мин). Чередование бега с ходьбой. ОРУ. Метание. 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 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 «Бег с флажками»	текущий	ОФП

89		1	17. 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 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 «Паровозики»	текущий	ОФП
90		1	18. Бег 9мин. Техника прыжка в длину с места. Урок по выбору	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, социально	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	текущий	ОФП

							справедливости и свободе.	«Паровозики		
91		1	19. Бег 10 мин. Контрольный урок – техника метания.	Равномерный бег (10мин). ОРУ. Метание. Подвижные игры «Вызов номеров». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Вызов номеров»	Знать технику выполнения беговых упражнений, метания, правила подвижной игры «Вызов номеров»	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 «Вызов номеров»	текущий	ОФП
92		.1	20. 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 на основе	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

							представлений о нравственных нормах, социально справедливости и свободе.	упражнения, играть в подвижную игру «Вызов номеров»		
93		1	21. Бег 12мин. Спортивная игра «Лепта» Урок по выбору	Равномерный бег (12мин). ОРУ. Спортивная игра «Лепта»	Разминка в движении. Беговые упражнения, спортивная игра «Лепта»	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
94		1	22..Бег 14 мин. Развитие выносливости	Равномерный бег (14мин). 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 этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие	К-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Р-самостоятельно выделять и	текущий	ОФП

							самостоятельность и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социально справедливости и свободе.	формулировать познавательные цели,находить необходимую информацию. П-выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Через кочки и пенечки»		
95		1	23 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 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 «Через кочки и пенечки»	текущий	ОФП
96		1	24. Бег 16 мин. Развитие выносливости Урок по	Равномерный бег (16мин). ОРУ. Подвижные игры «Разведчики и	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Разведчики и	Знать технику выполнения беговых упражнений,	Развитие этических чувств, доброжелательности и	К-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	текущий	ОФП

			выбору	часовые». Развитие выносливости	часовые»	правила подвижной игры «Через кочки и пенечки»	эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социально справедливости и свободе.	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»		
97		1	25. Бег 17 мин. Развитие выносливости	Равномерный бег (17мин). ОРУ. Подвижные игры «Пятнашки маршем». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Пятнашки маршем»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Пятнашки маршем»	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 «Пятнашки маршем»	текущий	ОФП

98		1	26. Бег 17 мин. Развитие выносливости	Равномерный бег (17мин) ОРУ. Подвижные игры «Пятнашки маршем». Развитие выносливости	Разминка в движении. Беговые упражнения, подвижная игра «Разведчики и часовые»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Пятнашки маршем»	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. Выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Пятнашки маршем»	Бег 2 км без учета времени.	ОФП
99		1	27. Бег 18 мин. По пересечённой местности. Урок по выбору	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 личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать	текущий	ОФП

							разных социальных	физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью		
100		1	28. 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 и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социально 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
101		1	29. Бег переменный с ходьбой – 19	Высокий старт (до 10-15м), бег по дистанции (19 мин),	Беговая разминка, челночный бег, подвижная игра «Флаг	Знать технику бега по дистанции,	Развитие самостоятельности и и личной	К: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в	текущий	ОФП

			мин.	специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Встречная эстафета.	на башне».	правила подвижной игры «Флаг на башне».	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных	соответствии с задачами условиями коммуникации. Р: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. П: выполнять встречную эстафету, играть а подвижную игру «Флаг на башне»		
10 2		1	30 . Бег с ходьбой - 20мин. Урок по выбору	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 3х10м, 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	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,	текущий	ОФП

							свободе.	разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики».		

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 – 27 часов.								
1. (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 безопасного поведения
2 (2)			2.Бег 4мин. Специальные беговые упражнения	Стартовый разгон. Бег 30 м на результат. Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег.	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
3 (3)			3.Бег 4 мин. Эстафетный Бег. Урок по выбору	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,	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование	ОФП

						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.	установки на безопасный, здоровый образ жизни	
4 (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)			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)			6.Контрольный урок – бег 60м. Урок по выбору	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)			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)			8.Бег 8 минут. Метание на дальность.	Бег на выносливость 8 мин. (1100 – 1300м) ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Уметь выполнять самостоятельно специальные беговые упражнения.	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

9 (9)			9.Бег на развитие дыхательной системы 9 мин. Специальные беговые упражнения. Урок по выбору	Бег на развитие дыхательной системы 9 мин. (1300 – 1500м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств.	<i>Уметь</i> 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			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	<i>Уметь</i> 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 /11			<u>11.Контрольный урок – бег1500(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			12. Бег 15 минут. Совершенствование техники бега по длинной дистанции. Урок по выбору	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			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. 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
14 /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,	ОФП

							здоровый образ жизни	
15/ 15			15.Бег 16 мин. Развитие выносливости. Урок по выбору	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 спорных ситуаций	ОФП
16/ 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			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

							жизни	
18 /18			18. Контрольный урок – кросс 3000м Б/В Урок по выбору	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
19 /19			19. 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
20/ 20			20. 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

21 /21			21. Развитие силовых способностей Урок по выбору	ОРУ. ОФП. Специальные беговые упражнения.	Уметь правильно выполнять упражнения на развитие силовых качеств.	П. Уметь правильно выполнять силовые упр.. 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
22/ 22			22. Контрольный урок – подтягивание в висе(м), в висе стоя(д).	ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Уметь правильно выполнять подтягивания	П. Уметь правильно выполнять подтягивания . 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
23 /23			23. Строевые упражнения.	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Стойки и передвижения.	Уметь движения при перестроениях.	П.Уметь 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

24 /24			24. Эстафеты. Урок по выбору	ОРУ. Специальные беговые упражнения. ОФП.	Уметь правильно выполнять спец. беговые упр.	П. Уметь играть в подвижные игры эстафеты 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
25 /25			25. Развитие скоростно – силовых способностей.	ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в беге, прыжках. ОФП.	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. 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
26 /26			26. Эстафеты. Прыжки со скакалкой за минуту.	Прыжки со скакалкой техника и стили прыжков Развитие скоростно-силовых качеств.	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. 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
27/ 27			27. Развитие скоростно – силовых	ОРУ. Игры. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного	Внутренняя позиция школьника на основе	ОФП

			способностей Урок по выбору		занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	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.	положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	
II- четверть – 21 час.								
28/1			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
29/2			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
30/3			3. Сочетание приёмов в 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	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	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОФП

			Урок по выбору	щита. Вырывание мяча. Выбивание мяча.		условиями ее решения.		
31/4			4. Сочетание приёмов в 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
32/5			5. Сочетание приёмов в 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
33/6			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	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	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из	

			Урок по выбору		занятий	соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	спорных ситуаций	
34/7			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
35/8			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
36/9			9. Бросок одной от плеча с места. Учебная игра. Урок по выбору	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
37/10			10. Бросок одной от	1.ОРУ 2.Броски набивного мяча друг другу с ловлей и различными передачами	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять баскетбольные приёмы; соблюдать правила	П. Уметь выполнять строевые команды, К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям	ОФП

			плеча с места. Учебная игра.	3. Полоса препятствий 4. Эстафета с набивными мячами и бегом 5. Подтягивание	поведения во время занятий физическими упражнениями	Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	физической культурой	
38 /11			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
39 /12			12. Передача двумя от груди в движении в парах. Учебная игра. Урок по выбору	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.
40/ 13			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 – 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 акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; 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 Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП

41/ 14			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
42 /15			15. Баскетбол Передача от плеча в движении в тройках. Учебная игра. Урок по выбору	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.
43/ 16			16. 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 Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	ОФП
44/ 17			17. Позиционное нападение со сменой мяча.	Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять баскетбольные элементы, соблюдать	П. Уметь выполнять строевые команды. К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям	ОФП

			<u>Учебная игра.</u>	двух шагов. Нападение быстрым прорывом	правила поведения во время занятий физическими упражнениями	Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	физической культурой	
45 /18			18. <u>Позиционное нападение со сменой мяча.</u> <u>Учебная игра.</u> Урок по выбору	Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы 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
46/ 19			19. <u>Позиционное нападение со сменой мяча.</u> <u>Учебная игра.</u>	1.Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Теория: Формировать представление об оказании доврачебной помощи при легких травмах (ушибах, ссадинах, потёртостях и др.) О мерах избегания несчастных случаях в повседневной жизни	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять баскетбольные элементы, 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.
47/ 20			20. Штрафные броски. Броски с разного расстояния. Учебная игра.	Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом Штрафные броски. Броски с разного расстояния.	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

48 /21			21. Штрафные броски. Броски с разного расстояния. Учебная игра. Урок по выбору	Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом Штрафные броски. Броски с разного расстояния	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
Зчетве рть	23час							
49			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

50			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 деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	ОФП
51			3. Сочетание приёмов в передвижений и остановок. Двусторонняя игра. Урок по выбору	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
52			4. Сочетание	Сочетание приемов передвижений и остановок	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам,	П. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Формирование навыка	ОФП

			приёмы в передвижениях и остановках. Двусторонняя игра.	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.	выполнять технические действия в	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.	систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	
53			5. Сочетание приёмов в передвижениях и остановках. 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
54			6. 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 техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,	Развитие самостоятельности и личной ответственности за	ОФП

			Двусторонняя игра. Урок по выбору	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.		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.	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	
55			7. Ведение мяча с сопротивлением на месте. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Введение 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
56			8. Введение мяча с сопротивлением на месте. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Введение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передачи мяча разными способами в движении тройками, с сопротивлением. Игровые	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	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	ОФП

				задания 2х2, 3х3, 4х4. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.		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.		
57			9. Ведение мяча с сопротивлением на месте. Учебная игра. Урок по выбору	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
58			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	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	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП

				координационных способностей. Самоконтроль.		задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.		
59			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.	ОФП
60			12. Волейбол. Комбинации из разученных перемещений. Урок по выбору	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	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП

						упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.		
61			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	<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 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
62			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	<i>Уметь</i> 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, 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
63			15. Передача в	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из	<i>Уметь</i> играть в волейбол, применяя изученные	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие самостоятельности	ОФП

			тройках после перемещения. Учебная игра.	разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	технические приемы.	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.	и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	
64			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	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 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
65			17. 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.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	ОФП

						Р. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.		
66			18. Передача над собой во встречных направлениях Учебная игра. Урок по выбору	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 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
67			19. Передача над собой во встречных направлениях Учебная игра.	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.	<i>Уметь</i> 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, 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.		
68			20. Учебная игра.	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Самоконтроль.	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 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
69			21. Круговая тренировка. Двусторонняя игра. Урок по выбору	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 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
71			22. Круговая тренировка. Двусторонняя игра.					

72			23. 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
73			4 четверть 31 Часа ТБ 1.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
74			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.	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	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	ОФП

						упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.		
75			3.Круговая тренировка. Двусторонняя игра. Урок по выбору	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	<i>Уметь</i> 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
76			4.Круговая тренировка. Двусторонняя игра.	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	<i>Уметь</i> 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
77			5.Круговая тренировка. Двусторонняя игра.	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	<i>Уметь</i> 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 игрой 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
78			6.Круговая тренировка. Двусторонняя игра. Урок по выбору	Сочетание ОФП с элементами баскетбола, волейбола и специальными беговыми упражнениями. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	<i>Уметь</i> 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	ОФП

							нравственных норм.	
79			7.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
80			8.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
81			9.Бег 5 мин. Специальные беговые упражнения. Урок по выбору	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	Развить мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП

						способы достижения результата.		
82			10.Бег 6 мин. Бег по дистанции.	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 прыжковых упражнений. Научиться 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
83			11.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
84			12.Бег 7 мин. Прыжок в длину с места. Урок по выбору	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
85			13.Бег 8 мин. Метание на дальность.	Передача набивного мяча (1кг) в максимальном темпе, в кругу, в разных исходных положениях. Метание	Описывать технику метания малого мяча и набивного. Осваивать технику метания малого мяча и набивного	П. Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. осуществлять взаимный контроль в	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл	ОФП

				набивного мяча одной рукой и двумя в разных исходных положениях и различными способами(сверху, сбоку, снизу, от груди). Развитие скоростно-силовых качеств. Олимпийское движение современности	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча и набивного. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.	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.	учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	
86			14.Бег 9 мин. Специальные беговые упражнения.	. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лепта». 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
87			15.Прыжок в длину с места. Урок по выбору	. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лепта». 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
88			16.Контрольный урок. Бег 1500 м (д), 2000м (м)	. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лепта». 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

							жизни	
89			17.Бег 15 мин. Развитие выносливости	Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лепта». 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
90			18.Бег 15 мин. Преодоление горизонтальны х препятствий. Урок по выбору	Теория: Ознакомление с правилами правильного дыхания при ходьбе и беге	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.
91			19.Бег 16 мин. Специальные беговые упражнения.	1 .Выполнение строевых упражнений 2.Техника высокого старта 3.Учить технике метания малого мяча с разбега на дальность 4.Провести бег до 16м. Теория: Ознакомить с правилами дыхания научить находить пульс	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	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	ОФП

						способы достижения результата.		
92			20.Бег 16 мин. Развитие выносливости	Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	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
93			21.Бег 17 мин. Спортивная игра лапта. Урок по выбору	1. Комплекс ОРУ 2. Метание мяча Выполнение строевых упражнений. Техника высокого старта. Совершенствовать технику метания малого мяча с разбега на дальность Провести бег до 17 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 основные движения в метании; метать различные предметы и 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
94			22.Бег 18 мин. Развитие выносливости	1. Комплекс ОРУ 2. Метание мяча в цель с места 3. Бег в медленном темпе до 18 мин 4. Техника выполнения прыжка в длину.	Уметь выполнять технично бег по длинной дистанции Проявлять качества выносливости выполняя медленный бег до 15ти минут	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
95			23.Контрольный урок.	1.ОРУ 2.. Спортивная игра «Лапта».	Уметь выполнять технично бег по длинной дистанции	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение,	оказывать бескорыстную	ОФП

			24.Кросс 3000 м б/в.	Правила соревнований. Развитие выносливости.	Проявлять качества выносливости выполняя медленный бег до 15ти минут	броски в процессе подвижных игр; играть пионербол 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;	помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	
96			25. Строевые упражнения. Урок по выбору	1.Челночный бег 3х10 м с кубиком 2.Техника прыжках в длину 3.Метание мяча с места 4.Медленный бег до 4-х мин Правила выполнения тестов по физической подготовленности	Уметь выполнять технику челночного бега, Проявлять качества выносливости выполняя медленный бег до 4х 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
97			26. Развитие силовых способностей.	1.Челночный бег 3х10 м с кубиком 2.Техника прыжках в длину 3.Метание мяча с места 4.Медленный бег до 4-х мин Правила выполнения тестов по физической подготовленности	Уметь выполнять технику челночного бега, Знать правила п/и «Гонка мячей». Проявлять качества выносливости выполняя медленный бег до 4х 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
98			27.Развитие силовых способностей.	Развитие силовых и координационных способностей.		П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в пионербол К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и	ОФП

						Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	общие интересы.	
99			28. Контрольный урок. Подтягивание Урок по выбору	1.Выполнение ОРУ в движении 2. Спец. беговые упражнения. 3.Теория: Повторить технику безопасности на спортивных площадках	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
100			29.Строевые упражнения. Спортивные игры.	1.ОРУ 2.Строевые упр. 3.Бег в медленном темпе до 10 мин Теория: Ознакомление с правилами правильного дыхания при ходьбе и беге	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.
101			30.Эстафеты.	Развитие координационных способностей. Самоконтроль. Эстафеты с предметами и без.	Выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-футбол К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и	ОФП

					держат корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	общие интересы.	
102			31. Эстафеты. Урок по выбору	1. Комплекс ОРУ 2. Метание мяча на дальность с разбега 3. Бег в медленном темпе до 10 мин Теория: О пользе закаливания для укрепления здоровья организма	Уметь выполнять технично бег по длинной дистанции Проявлять качества выносливости выполняя медленный бег до 10 ти минут	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