

РАССМОТРЕНО на заседании методического центра от « <u>31</u> » <u>08</u> 20 <u>21</u> г, протокол № <u>1</u> Руководитель МЦ Жданова С.Г. <u>т.с.г.</u>	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР <u>Е.Л. Крюкова</u> « <u>31</u> » <u>августа</u> 202 <u>1</u> г.	УТВЕРЖДЕНО приказом директора МБОУ «Яренская СШ» от <u>31 августа</u> « <u>31</u> » <u>августа</u> 202 <u>1</u> г. № <u>154Б</u> <u>С. Запихина</u> МП
--	---	--

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Яренская средняя школа»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень общего образования

основное

(начальное, основное, среднее)

Класс 8

Количество часов 102

Составители:

Плотников В.Ю., Заголько Е.В.

2021-2022 уч.год.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к рабочей программе по физической культуре для учащихся 8-ых классов.

Рабочая программа разработана на основе авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1- 11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (Изд. 2-е - Волгоград: Учитель, 2013).

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

Цели и задачи

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

В соответствии с этим, программа физического воспитания учащихся

8 классов своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических **задач**:

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

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

Для прохождения теоретических сведений выделяется время в процессе уроков.

Распределение учебного времени прохождения программного материала

№	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	Базовая часть	77
1.1	Основы знаний о физической культуре	3
1.2	Спортивные игры (волейбол)	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.4	Легкая атлетика	21
1.5	Лыжная подготовка	17
2	Вариативная часть	25
2.1	Баскетбол	26
	Итого	102

Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы отводится 945 ч, из расчета 3 ч в неделю с V по IX класс. Вместе с тем, чтобы у учителей физической культуры были условия для реализации их творческих программ и инновационных разработок, индивидуальных педагогических технологий и подходов, программа предусматривает выделение определенного объема учебного времени — 20 % (70 часов) от объема времени, отводимого на изучение раздела «Физическое совершенствование».

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в основной школе.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее - частное - конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Личностные результаты освоения предмета физической культуры

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты освоения физической культуры

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.**В области познавательной культуры:**

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты освоения физической культуры

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной

деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

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

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

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

Естественные основы

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

Социально-психологические основы

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

Культурно-исторические основы

Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни современного человека.

Приемы закаливания

8 класс. Водные процедуры (обтирание, душ). купание в открытых водоемах.

Баскетбол

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

Гимнастика

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

Легкая атлетика

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

Кроссовая подготовка

Правила и организация проведения соревнований по кроссу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Помощь в судействе.

Требования к двигательным умениям и навыкам:

Гимнастика: длинный кувырок, стойка на голове и руках, прыжок согнув ноги (козел в длину, высота 110 – 115 см) (мальчики); шаги полки на бревне, соскок прогнувшись, Комплекс упражнений стретчинга (девочки);

Спортивные игры: баскетбол (штрафной бросок, передача мяча в парах, на месте, при встречном движении и с отскоком от пола, персональная защита, вырывание и выбивание мяча, двухсторонняя игра);

Легкая атлетика: старт из положения лежа. Бег с переменной скоростью до 3 км. Прыжки с разбега в высоту способом "перешагивание", в длину способом "согнув ноги" – подбор индивидуального разбега. Метание малого мяча по движущейся цели. Преодоление небольших вертикальных и горизонтальных препятствий.

Кросс: бег в гору и под гору, преодоление препятствий, бег с изменением темпа, пробегание дистанции до 4 км.

Лыжная подготовка: одновременный одношажный ход – стартовый вариант. Коньковый ход. Торможение и поворот "плугом". Прохождение дистанции 5 км. Игры "Гонка с выбыванием" и др.

Развитие двигательных качеств – скоростно-силовой выносливости, силы, быстроты движений, гибкости, ловкости.

Знания, умения, навыки:

Знать/ понимать

- Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и увеличение продолжительности жизни;

- Формы занятий физической культурой, их целевое назначение и особенности проведения;

- Требования безопасности на занятиях физической культурой;

- Способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;

Уметь:

- Планировать и проводить индивидуальные занятия физическими упражнениями различной целевой направленности;

- Выполнять индивидуально подобранные композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы атлетической гимнастики;

- Преодолевать полосы препятствий с использованием разнообразных способов передвижения;

- Выполнять приемы самообороны, страховки и самостраховки;

- Выполнять комплексы упражнений 2й общей и специальной физической подготовки;

- Выполнять соревновательные упражнения и технико – тактические действия в избранном виде спорта;

- Осуществлять судейство в избранном виде спорта;

- Проводить физкультурно – оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, фрагменты уроков физической культуры (в роли помощника учителя);

- Выполнять простейшие приемы самомассажа;

- Оказывать первую медицинскую помощь при травмах;

- Выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые экзаменами в профильные учреждения профессионального образования;

Практическая деятельность - какие виды деятельности предусмотрены для практической направленности

- Повышение работоспособности, сохранение и укрепление здоровья;

- Подготовка к службе в вооруженных силах ФСБ, МЧС. России;

- Организации и проведение индивидуального, коллективного семейного отдыха, участие в спортивных соревнованиях.

Учащиеся должны демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Скоростные	Бег 60м с низкого старта, с.	9,3	9,6	9,8	9,5	9,8	10,0
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см.	210	180	160	200	160	145
Выносливость	Бег 2000 м, мин. (м.), 1500м, мин. (д.)	9.00	9.30	10.00	7.30	8.00	8.30
Координационные	Челночный бег 3х10м, с	8,0	8,7	9,0	8,6	9,4	9,9
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	11	7	3	20	12	7
Силовые	Подтягивание, раз	9	7	5	17	15	8

Критерии оценивания подготовленности учащихся по физической культуре.

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными. Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включёнными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Оценка успеваемости по физической культуре в 5— 9 классах производится на общих основаниях и включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний, степень владения двигательными умениями и навыками, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение учебных нормативов. Учитывая психологические особенности подростков, следует глубже аргументировать выставление той или иной оценки, шире привлекать учащихся к оценке своих достижений и достижений товарищей. Оценка должна стимулировать активность подростка, интерес к занятиям физической культурой, желание улучшить собственные результаты. В этой связи при оценке успеваемости учитель должен в большей мере ориентироваться на темпы продвижения ученика в развитии его двигательных способностей, поощрять его стремление к самосовершенствованию, к углублению знаний в области физической культуры и ведению здорового образа жизни.

Учитель должен обеспечить каждому ученику одинаковый доступ к основам физической культуры, опираться на широкие и гибкие методы и средства обучения для развития учащихся с разным уровнем двигательных и психических способностей. На занятиях по физической культуре следует учитывать интересы и склонности детей.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

1. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота,

аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями. С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За ответ, в котором:	За тот же ответ, если:	За ответ, в котором:	За непонимание и:
Учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности.	В нём содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.	Отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	Не знание материала программы

1. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений, комбинированный метод.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За выполнение, в котором:	За то же выполнение, если:	За выполнение, в котором:	За выполнение, в котором:
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, чётко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в	При выполнении ученик действует так же, как и в основном выполненном предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.

нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив.			
---	--	--	--

2. Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Учащийся умеет: - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги.	Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги.	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов.	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.

3. Уровень физической подготовленности учащихся.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста.	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту.	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности

и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определённый период времени.			
--	--	--	--

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определённую трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий даёт основание учителю для выставления высокой оценки. Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, лёгкой атлетике – путём сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений. Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти с учётом общих оценок по разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умение и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Распределение программного материала по физической культуре в 8-ых классов по четвертям

I четверть – уроки № 1-12 - легкая атлетика, уроки №13-20- баскетбол, №21-знания по физической культуре, уроки № 22-27 – волейбол;

II четверть – уроки № 28 - 45 – гимнастика, уроки № 46- 48 – баскетбол;

III четверть - уроки № 49-50, 52-53, 55-56, 58-59,61-62, 64-65, 67-68, 70-71 лыжная подготовка, уроки № 51,54,57,60,63,66 - волейбол; уроки № 69, 72, 74-77 – баскетбол; уроки №73,78 - знания по физической культуре

IV- четверть - уроки № 79 – 84 - волейбол, уроки № 85-93 - баскетбол, уроки № 94 - 102 - легкая атлетика, урок № 88- **промежуточная аттестация.**

Календарно-тематическое планирование 8 класс

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Легкая атлетика (12 часов)						
1.	ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Техника низкого старта. Стартовый разгон.	Ознакомление с техникой безопасности во время занятий физической культурой, обучение технике низкого старта, стартового разгона	Низкий старт (30-40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Изучают историю легкой атлетики. Рассказывают ТБ. Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Техника спринтерского бега. Специальные беговые упражнения.	Повторение техники низкого старта. Бег по дистанции (70-80 м).Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств.	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Правила использования	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие –	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
		Измерение результатов.	легкоатлетическ х упражнений для развития скоростных качеств		формулировать собственное мнение	
3	Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. Тестирование - бег 30м.	Повторение техники низкого старта. Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. ОРУ. Специальные беговые упражнения, Проведение тестирования по бегу 30м	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80м). Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: планирование: выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: обще учебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	Нравственно-этическая ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
4.	Бег по дистанции (70-80м). Финиширование.	Повторение техники низкого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специальные беговые упражнения, Развитие	Низкий старт (30-40м). Бег по дистанции (70-80м). Финиширование. Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специальные беговые упражнения, Развитие	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
			скоростных качеств.		собственное мнение и позицию	
5.	Спринтерский бег. Финиширование. Эстафетный бег.	Повторение техники низкого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафетный бег (круговая эстафета).	Низкий старт (30-40м). Бег по дистанции (70-80м). Финиширование. Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: планирование применять усвоенные правила в планировании способа решения задачи. П: общеучебные контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. К: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью.	Смыслообразование – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение
6.	Бег 60 м на результат. Специальные беговые упражнения	Выполнение бега на результат (60 м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Бег на результат (60 м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Применяют прыжковые упражнения.	Р: контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы,	Самоопределение – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	
7.	Техника прыжка в длину с 11-13 беговых шагов, Подбор разбега. Метание теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов.	Обучение технике прыжка в длину с 7-9 шагов. Подбор разбега, отталкивание. Повторение техники метания теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов.	Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов, Подбор разбега. Метание теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств.	Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают правила безопасности при метании..	Р: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат. П: общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач; Контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. К: инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	Смыслообразование– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – проявление доброжелательности
8.	Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча. Тестирование	Повторение техники прыжка в длину с 11-13 беговых шагов, метания теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые	Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые	Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	Р: контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование– предвосхищать результаты. П: общеучебные ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ие – подтягиван ие.	упражнения. Развитие скоростно- силовых качеств. Провести тестирование по подтягиванию.	упражнения.		деятельности при решении про блем. К: взаимодействие формулиро вать собственное мнение, слушать собеседника; управление коммуникацией раз решать конфликты на основе у чета интересов и позиции всех участников	
9.	Прыжок в длину с 11- 13 беговых шагов. Фаза полета. Приземлени е. Метание мяча.	Выполнение прыжка в длину с 11-13 беговых шагов. Фаза поле- та. Приземление. Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. ОРУ.	Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Фаза поле- та. Приземление. Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Беговы упражнения	Выполняют прыжок в длину с разбега; метаут мяч в мишень и на дальность.	Р: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно стро ить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	Осознание ответственности за общее благополу- чие, готовность следо- вать нормам здоровье сберегающего поведения
10	Прыжок в длину на результат.	Выполнение прыжка в длину на результат. Техника выполнения метания мяча с разбега.	Прыжок в длину на результат. Техника выполнения метания мяча с разбега.	Выбирают индивидуальн ый режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П: <i>общеучебные</i> – самостоя- тельно выделять и формули- ровать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудни- чество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологиче- ские высказывания	<i>Самоопределение</i> – осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно- этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культу ре других народов

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
11	Тестирование – бег (1000м). Специальные беговые упражнения	Выполнение бега (1500м - д.. 2000м-м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости. Провести тестирование – бег (1000м).	Бег (1500м - д.. 2000м-м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
12	Бег (1500м - д., 2000м-м.). Спортивная игра «Лапта».	Выполнение бега (1500м - д.. 2000м-м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта».	Бег (1500м - д.. 2000м-м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные	Р: <i>целеполагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				игры и т.д.);		
Спортивные игры. Баскетбол (8 часов)						
13	ИОТ при проведении занятий по спортивным играм. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Тестирование – прыжок в длину с места.	Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Провести тестирование – прыжок в длину с места. Правила игры в баскетбол.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением с сопротивлением на месте.	Изучают историю баскетбола. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Соблюдают правила безопасности.	Р: <i>планирование:</i> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. П: <i>общеучебные:</i> узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Самоопределение – готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
14	Техника броска двумя руками от головы с места. Тестирование – поднимание туловища за 30 сек.	Совершенствовать технику броска двумя руками от головы с места. Провести тестирование – поднимание туловища за 30 сек.	Бросок двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя руками от груди на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Совер-	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные	Р: <i>целеполагание</i> – удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия. П: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии и способов решения задач.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению. <i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
			шенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие.	ошибки.	К: <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	свои поступки, установка на здоровый образ жизни
15	Ведение мяча с пассивным сопротивлением. Тестирование – наклон вперед, стоя.	Совершенствовать ведение мяча с пассивным сопротивлением. Провести тестирование – наклон вперед, стоя...	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением, с сопротивлением на месте	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> – вносить необходимые изменения и дополнения. П: <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность к саморазвитию
16	Техника броска двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя руками от груди на	Совершенствовать технику броска двумя руками от головы с места, передачи мяча двумя руками от груди на месте. Игра в мини-баскетбол. Развитие	Бросок двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя руками от груди на месте.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя	Р: <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные решения поставленной	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	месте.	координационных способностей.		типичные ошибки. Освоить технику ведения мяча.	задачи. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	
17	Личная защита. Учебная игра.	Разучить систему личной защиты. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Совершенствова- ние физических способностей и их влияние на физическое развитие.	Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Совершенствова- ние физических способностей и их влияние на физическое развитие.	Уметь выполнять различные варианты ведения мяча.	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты. П: <i>обще учебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение, слушать собеседника; <i>управление коммуникацией</i> – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	<i>Самоопределение</i> самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. <i>Смыслообразова- ние:</i> самооценка на основе критериев успешности учебн ой деятельности
18	Сочетание приемов ведения, остановок, бросков мяча. Учебная игра.	Совершенствова- ние сочетания приемов передвижений и остановок игрока, ведения мяча с сопротивлением на месте.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением на месте.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель	Р: <i>целеполагание</i> формулируют и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> использовать о бщие приемы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> ставить вопросы и обращаться за помощью	<i>Смыслообразовани е</i> – адекватная мотивация учебно й деятельности (социальная, учебн о-познавательная, внешняя)

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				но, выявляя и устраняя типичные ошибки.		
19	Техника броска двумя руками от головы с места с сопротивле нием. Учебная игра.	Разучить бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель но, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: <i>целеполагание</i> – удерживать познавательную зад ачу и применять установленные пра вила. П: <i>общеучебные</i> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль	<i>Нравственно- этическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
20	Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита.	Совершенствовать передачи мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель но, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – строить монологическое	<i>Смыслообразовани е</i> – адекватная мотивация учебно й деятельности (социальная, учебн о-познавательная, внешняя)

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					высказывание, вести устный диалог	
Знания о физической культуре (1 час)						
21	Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическим и упражнениями	Ознакомиться с правилами соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями (соблюдение чистоты тела и одежды).	Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями (соблюдение чистоты тела и одежды).	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры	Р: <i>целеполагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
Спортивные игры. Волейбол. (6 часов)						
22	ИОТ при проведении занятий по волейболу. Стойки и передвижения игрока.	Совершенствовать стойки и передвижения игрока. Развитие координационных способностей. Повторить технику безопасности по волейболу. Играть по упрощенным правилам.	Стойки и передвижения игрока. Игра по упрощенным правилам. Развитие координационных способностей.	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения технических действий волейбола.	Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками. Определять уровень скоростно-силовой выносливости.

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
23	Комбинации из разученных перемещений. Техника приема и передачи мяча над собой во встречных колоннах.	Повторить комбинации из разученных перемещений. Ознакомить с техникой приема и передачи мяча над собой во встречных колоннах.	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Игра по упрощенным правилам. Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы
24	Техника нижней прямой подачи, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Повторить комбинации из разученных перемещений, передачи мяча над собой во встречных колоннах. Совершенствовать нижнюю прямую подачу, прием подачи.	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи.	Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
25	Техника передачи мяча над собой во	Совершенствовать передачи мяча над собой во встречных	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из	Осуществлять судейство игры. Демонстриро-	Р: оценка –устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи.	колоннах через сетку, нижнюю прямую подачу, прием подачи.	разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи.	вать технику передачи мяча двумя руками сверху.	П: общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. К: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание	личностного смысла учения
26	Оценка техники передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку.	Оценка техники передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку Совершенствовать стойки и передвижения игрока, комбинации из разученных перемещений. Провести эстафеты, игру по упрощенным правилам.	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола.	Р: коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. П: общеучебные – осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. К: планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность обучающихся само развитию
27	Техника прямого нападающего удара	Разучить технику прямого нападающего удара после	Комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача	Описывают технику изучаемых игровых	Р: прогнозирование предвидеть возможности получения конкретного результата при решении	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	подбрасывания мяча партнером. Совершенство- вать стойки и передвижения игрока, комбинации из разученных перемещений. Игра по упрощенным правилам.	мяча в парах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	приемов и действий, осваивают их самостоятельно.	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	сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы
Гимнастика (18 часов)						
28	ИОТ при проведении занятий по гимнастике. Строевые упражнения . Техника выполнения подъема переворотом.	Повторить правила поведения при проведении занятий по гимнастике. Разучить выполнение команды «Прямо!», повороты направо, налево в движении, технику выполнения подъема переворотом. Подтягивания в висе.	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ на месте. Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Различают строевые команды, четко выполняют строевые приёмы.	Р: <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> –осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в изменении ситуации поставленных задач
29	Подъем	Разучить подъем	Подъем	Различают	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> –	<i>Самоопределение</i>

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.).	переворотом в упор толчком двумя ногами (м.), махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.).	переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.).	строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: общеучебные – ставить, формулировать и решать проблемы. К: взаимодействие – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	– принятие образа «хорошего ученика»
30	Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке.	Повторить подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	Подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	Р: контроль и самоконтроль – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: общеучебные – ставить, формулировать и решать проблемы. К: взаимодействие – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	Самоопределение – принятие образа «хорошего ученика»
31	Строевые упражнения . Выполнение	Разучить выполнение комбинации на перекладине.	Выполнение команды «Прямо!». Повороты	Различают строевые команды, чётко	Р: контроль и самоконтроль – осуществлять итоговый и пошаговый контроль	Формирование установки на безопасный, здоровый образ

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	комбинации на перекладине.	Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении.	направо, налево в движении.	выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные высказывания для партнера	жизни
32	Строевые упражнения . Висы. ОРУ с гимнастической палкой.	Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. Висы.ОРУ с гимнастической палкой.	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ с гимнастической палкой.	Повторяют сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
33	Техника выполнения подъема переворотом м. Подтягиван	Повторить подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Подтягивание в висе.	Техника выполнения подъема переворотом. Подтягивание в висе.	Уметь демонстрировать технику выполнения упражнений. Подъем	Р. - волевая саморегуляция, коррекция, оценка качества и уровня усвоения, контроль в форме сличения с эталоном. П. - умение структурировать знания,	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ие в висе.		Выполнение комплекса ОРУ с гимнастической палкой.	переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в висе.	К. - планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
34	Изучение техники прыжка способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°(д.).	Разучить: прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. Эстафеты. Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей.	Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. Эстафеты. Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей.	Выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
35	Строевые упражнения	Повторить выполнение	Выполнение команды	Расширение двигательного	Р. - формирование умения планировать, контролировать и	Формирование установки на

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Совершенствование техники опорного прыжка.	команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°.	«Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°.	опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
36	Опорный прыжок. ОРУ с мячами.	Повторить прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей.	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
			способностей.			
37	Опорный прыжок. Эстафеты.	Повторить прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Эстафеты.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
38	Выполнение комплекса ОРУ с мячом. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	Повторить прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Эстафеты.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					поведение.	нормах
39	Оценка техники опорного прыжка. Эстафеты.	Оценить выполнение техники прыжка способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90е. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей.	Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90е. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей.	Уметь демонстриро- вать выполнение прыжка ноги врозь, выполнение комплекса ОРУ с обручем.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
Акробатика. Лазание. (6 часов).						
40	Акробатика. Техника кувырка назад, стойка ноги врозь (м.). Мост и по- ворот в упор на одном колоне.	Разучить технику кувырка назад, стойка ноги врозь (м.). Мост и пово- рот в упор на одном колоне.	Кувырок назад, стойка ноги врозь. (м.). Мост и пово- рот в упор на одном колоне. ОРУ в движении. Лазание по канату в два приема. Развитие силовых способностей.	Описывают технику акробатиче- ских упражнений. Составляют акробатиче- ские комбинации из числа разученных упражнений.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно	Смыслообразован ие– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					оценивать собственное поведение.	
41	Лазание по канату в два-три приема. Техника выполнения длинного кувырка (м.). Мост (д.)	Совершенствоват ь лазание по канату в два-три приема технику выполнения длинного кувырка (м.). Мост (д.) Развитие координационных способностей.	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ в движении. Лазание по канату в два-три приема.	Описывают технику акробатическ их упражнений. Составляют акробатиче-ские комбинации из числа разученных упражнений	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию
42	Комбинаци и из разученных акробатическ их элементов. ОРУ с мя-чом.	Составить комбинации из разученных акробатических элементов. ОРУ с мячом.	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых способностей.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на разви-тие основных физических качеств, повышение функциональ ных возможностей основных	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное	Смыслообразован ие– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				систем организма.	поведение.	
43	Комбинации из разученных акробатических элементов. Лазание.	Совершенствовать комбинации из разученных акробатических элементов. Лазание.	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых способностей.	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояния здоровья	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
44	Преодоление гимнастической полосы препятствий.	Преодоление гимнастической полосы препятствий	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упраж-	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
			способностей.	нений	формулировать, аргументиро- вать и отстаивать своё мнение	
45	Выполнение на оценку акробатических элементов.	Выполнение на оценку акробатических элементов.	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых способностей.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.
Баскетбол (3 часа)						
46	Баскетбол. Техника броска одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в движении.	Развитие координационных способностей. Разучить технику броска одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в движении.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
			движении парами с сопротивлением.	в игровой деятельности	сотрудничества	свободе
47	Сочетание приемов ведения и передач мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	Выполнить сочетание приемов ведения и передач мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта,	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
48	Оценка техники броска мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	Оценка техники броска мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
Лыжная подготовка (16 часов). Классические ходы. Спуски и подъемы.						

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
49	ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке. Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода.	Ознакомить с правилами поведения при проведении занятий по лыжной подготовке. Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода.	Техника попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 1 км со средней скоростью. Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ.	Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
50	Совершенствовать технику одновременного двухшажного хода.	Повторить технику попеременного двухшажного хода. Техника одновременного двухшажного хода. Пройти дистанцию 2 км - с равномерной скоростью.	Техника попеременного двухшажного хода. Техника одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 2 км - с равномерной скоростью. Развитие физических	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
			качеств.		окружающих	
51	Волейбол. Техника приема и передач мяча. Техника прямого нападающего удара.	Совершенствовать комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
52	Техника одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 3 км.	Разучить технику одновременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 3 км. Развитие скоростной выносливости.	Техника одновременного двухшажного хода. Техника попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 3 км Развитие	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
			скоростной выносливости.	функциональ ных возможностей организма	взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
53	Совершенство вание техники изученных ходов. Игра на лыжах «Гонки с выбывание м».	Совершенствован ие техники изученных ходов. Игра на лыжах «Гонки с выбыванием».	Техника одновременного двухшажного хода. Техника попеременного двухшажного хода. Развитие скоростной выносливости.	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятель но.	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
54	Волейбол. Техника прямого нападающег о удара. Нижняя прямая подача, прием поддачи.	Совершенствоват ь комбинации из разученных перемещений. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Нижняя прямая подача, прием поддачи. Игра по упрощенным правилам.	Комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Нижняя прямая подача, прием поддачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	Уметь демонстриро вать технику одновремен ных ходов на учебном кругу.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
55	Техника одновремен ного одношажно го хода (стартовый вариант). Прохожден ие дистанции 1 км на результат.	Совершенствоват ь технику одновременного одношажного хода (стартовый вариант). Прохождение дистанции 1 км на результат..	Техника одновременного одношажного хода (стартовый вариант). Техника одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции 1 км на результат. Развитие скоростной выносливости.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на разви тие основных физических качеств, повышение функциональ ных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базо выми предметными и межпред метными понятиями, отражаю щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро вать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
56	Техника одновремен ного бесшажного хода. Прохожден ие дистанции 3 км.	Совершенствоват ь технику одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции 3 км.	Техника одновременного одношажного хода (стартовый вариант). Техника одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции 3 км. Развитие скоростной выносливости.	Формирова ние навыка систематиче ского наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет ными понятиями, отражающи ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
57	Волейбол. Передача	Совершенствоват ь комбинации из	Комбинации из разученных	Расширение двигательного	Р.-определять наиболее эффективные способы	Развитие самостоятельности

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мяча в тройках после перемещения. Игра по упрощенным правилам.	разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения. Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар.	перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Передача мяча в тройках после перемещения. Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар.	опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
58	Совершенствование техники одновременного одношажного хода (стартовый вариант).	Совершенствование техники одновременного одношажного хода (стартовый вариант). Прохождение дистанции 4 км. Развитие скоростной выносливости.	Техника одновременного одношажного хода (стартовый вариант). Техника одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции 4 км. Развитие скоростной выносливости.	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
59	Оценка техники одновременного	Оценка техники одновременного одношажного хода. Игра на	Техника одновременного одношажного хода (стартовый	Описывают технику изучаемых спусков и	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно	Развитие самостоятельности и личной ответственности за

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	одношажно го хода. Игра на лыжах «Как по часам».	лыжах «Как по часам».	вариант). Техника одновременного бесшажного хода. Техника попеременного двухшажного хода. Повторные отрезки 2-3 раза x 300 м.	торможений, осваивают их самостоятель но.	действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
60	Волейбол. Техника отбивания мяча кулаком через сетку. Прямой нападающий удар.	Совершенствовать комбинации из разученных перемещений. Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар.	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения. Отбивание мяча кулаком через сетку. Прямой нападающий удар после подбрасывания партнером. Игра.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
61	Совершенствование техники скользящего шага при подъеме в	Совершенствование техники скользящего шага при подъеме в гору. Прохождение	Техника скользящего шага. Техника спусков и подъемов. Прохождение дистанции 2 км со	Формирование навыка систематического наблюдения за своим	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности,	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представ-

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	гору. Прохождение дистанции 2 км.	дистанции 2 км.	средней скоростью, 2 км равномерно. Игра на лыжах «С горки на горку». Развитие скоростной выносливости.	физическим состоянием, величиной физических нагрузок	поиска средств ее осуществ- ления; К.- готовность конструк- тивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	лений о нравст- венных нормах, социальной справедливости и свободе
62	Техника спусков и подъемов на склонах. Игра «С горки на горку».	Совершенствован ие техники спусков и подъемов на склонах. Игра «С горки на горку».	Техника спусков и подъемов. Игра на лыжах «С горки на горку». Развитие скоростной выносливости.	Формирова- ние навыка систематиче- ского наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
63	Волейбол. Оценка техники передачи мяча в тройках после перемещени	Оценка техники передачи мяча в тройках после перемещения. Игра.	Комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Передача мяча в тройках после	Овладение умениями организовать здоровьесбере- гающую жизнедеятель- ность (режим дня, утренняя	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ- ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи- ми существенные связи и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	я. Игра.		перемещения. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);	отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
64	Прохождение дистанции 2 км на результат. Техника торможения и поворота «плугом».	Прохождение дистанции 2 км на результат. Совершенствовать технику торможения и поворота «плугом».	Скользкий шаг в гору. Спуски и подъемы. Торможение и повороты «плугом». Прохождение дистанции 2 км на результат. Игра на лыжах «С горки на горку». Развитие скоростной выносливости.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
65	Техника спусков и подъемов на склонах. Игра «Спуск вдвоем».	Совершенствование техники спусков и подъемов на склонах. Игра «Спуск вдвоем».	Спуски и подъемы. Подъем «елочкой». Торможение и повороты «плугом». Игра на лыжах «Спуск вдвоем». Развитие скоростной выносливости.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекват-	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					но оценивать собственное поведение и поведение окружающих	
66	Волейбол. Прямой нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам.	Совершенствование техники прямого нападающего удара после передачи. Игра по упрощенным правилам.	Передача мяча в тройках после перемещения. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия)	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
67	Совершенствование техники спусков и подъемов.	Совершенствование техники спусков и подъемов. Торможение и повороты «плугом». Развитие скоростной выносливости.	Спуски и подъемы. Подъем «елочкой». Торможение и повороты «плугом». Развитие скоростной выносливости.	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
68	Применение техники изученных классически	Применение техники изученных классических	Техника одновременного одношажного хода (стартовый	Описывают технику изучаемых игровых	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно	Развитие самостоятельности и личной ответственности за

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	х ходов в зависимост и от рельефа местности.	ходов в зависимости от рельефа местности.	вариант). Техника одновременного бесшажного хода. Техника попеременного двухшажного хода.	приемов и действий, осваивают их самостоятель но	действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
69	Баскетбол. Сочетание приемов ведения, передач и бросков. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3).	Совершенствовать сочетание приемов ведения, передач и бросков. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3).	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3, 4 х 4). Учебная игра.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществле ния; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет ными понятиями, отражающи ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совмест ной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
70	Техника конькового хода. Прохожден ие дистанции	Совершенствовать технику конькового хода. Прохождение дистанции 4,5 км.	Коньковый ход. Прохождение дистанции 4,5 км. Игры на лыжах «Гонки с преследованием».	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности,	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	4,5 км.		Развитие физических качеств.	упражнениям и из базовых видов спорта	поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
71	Совершенствование техники конькового хода.	Совершенствование техники конькового хода.	Коньковый ход. Прохождение дистанции 4,5 км. Игры на лыжах «Гонки с преследованием». Развитие физических качеств.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
72	Баскетбол. Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Учебная игра.	Совершенствование техники передач одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Учебная игра.	Бросок одной рукой от плеча в движении. Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3, 4 х 4). Учебная игра.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					посредством учета интересов сторон и сотрудничества	
Знания о физической культуре (1 час)						
73	Комплексы дыхательно й гимнастики и гимнастики для глаз.	Разучить комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.	Комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.	Взаимодейств уют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не- успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базо- выми предметными и межпред- метными понятиями, отражаю- щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро- вать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
74	Баскетбол. Сочетание приемов ведения, передачи мяча с сопротивле нием. Игровые задания (4 х 4).	Совершенствоват ь сочетание приемов ведения, передачи мяча с сопротивлением. Игровые задания (4 х 4).	Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания (4 х 4). Учебная игра.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой деятельности;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
75	Игровые	Совершенство-	Игровые задания	Расширение	Р.- формирование умения	Развитие навыков

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	задания (2 х 2, 3 х 3, 4 х 4). Учебная игра.	вать сочетание приемов ведения, передачи мяча с сопротивлением. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3, 4 х 4). Учебная игра.	(2 х 2, 3 х 3, 4 х 4). Учебная игра. Развитие координационных способностей.	двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
76	Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок.	Совершенство-вать сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
77	Бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением	Разучить позиционное нападение со сменой места. Совершенство-вать бросок одной	Бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением. Развитие координационных	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ем. Позиционно е нападение со сменой места.	рукой от плеча в движении с со- противлением.	способностей.	упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой деятельности	выми предметными и межпред- метными понятиями, отражаю- щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро- вать и отстаивать своё мнение	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Знания о физической культуре (1 час)						
78	Комплексы упражнений для формирован ия правильной осанки с учетом индивидуал ьных особенносте й физическог о развития.	Разучить комплексы упражнений для формирования правильной осанки с учетом индивидуальных особенностей физического развития.	Комплексы упражнений для формирования правильной осанки с учетом индивидуальных особенностей физического развития.			
Волейбол (6 часов).						
79	Волейбол. Передача мяча в тройках после перемещени	Совершенствоват ь передачи мяча в тройках после перемещения Провести игру по упрощенным	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ- ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	я. Игра по упрощенным правилам.	правилам.	Игра по упрощенным правилам.	развитие основных физических качеств	ными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	
80	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Повторить нижнюю прямую подачу мяча. Совершенствовать передачу мяча над собой во встречных колоннах.	Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.-овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
81	Техника передач и приема мяча снизу. Игра по упрощенным правилам.	Совершенствовать технику передач и приема мяча снизу. Провести эстафеты, игру по упрощенным правилам.	Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное пове-	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				ошибки.	дение и поведение окружающих	
82	Нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам.	Совершенствовать нападающий удар после передачи. Провести игру по упрощенным правилам.	Нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
83	Нападающий удар в тройках через сетку. Тактика свободного нападения.	Освоить тактику свободного нападения. Нападающий удар в тройках через сетку. Провести игру по упрощенным правилам.	Передача мяча в тройках после перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нападающий удар в тройках через сетку. Тактика свободного нападения. Игра.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
84	Оценка техники владения мячом, нападающего	Оценка техники владения мячом, нападающего удара. Соревнования по	Нападающий удар в тройках через сетку. Тактика свободного нападения. Игра	Овладение основами технических действий, приёмами и	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	о удара. Соревнован ия по волейболу.	волейболу.	по упрощенным правилам.	физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой деятельности	предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи- ми существенные связи и отно- шения между объектами и про- цессами. К. - осуществлять вза- имный контроль в совместной деятельности	смысла учения
Баскетбол (9 часов)						
85	Баскетбол. Техника штрафного броска. Позиционно е нападение со сменой места.	Разучить позиционное нападение со сменой места. Совершенство- вать технику штрафного броска.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой и соревнователь ной деятельности	Р: целеполагание: формулирова ть и удерживать учебную задачу; планирование –выби- рать действия в соответствии с поставленной задачей и усло- виями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения постав- ленных задач; определять и кратко характеризовать физи- ческую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сот- рудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразова- ние– адекватная мотивация учеб- ной деятель- ности. Нравственно- этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
86	Оценка техники штрафного броска. Учебная	Оценка техники штрафного броска. Учебная игра.	Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и	Р: целеполагание: формулирова ть и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения	Смыслообразова- ние– адекватная мотивация учебно й деятельности (социальная,

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	игра.		Бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением. Развитие координационных способностей.	действий, осваивают их самостоятель но, выявляя и устраняя типичные ошибки.	поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	внешняя)
87	Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивле нием. Быстрый прорыв (2х1,3 х 2).	Разучить быстрый прорыв (2х1,3 х 2).Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением.	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв (2х1,3 х 2).	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис пользовать их игровой деятельности	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали зации; П.- определять наиболее эффективные способы достиже ния результата; К.-осуществ лять взаимный контроль в сов местной деятельности, адекват но оценивать собственное пове дение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
88	Взаимодейс твие двух игроков через заслон. Учебная игра. Промежуто чная	Разучить взаимодействие двух игроков через заслон. Учебная игра.	Взаимодействие двух игроков через заслон. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель но, выявляя и	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной дея тельности, адекватно оценивать собственное поведение и пове дение окружающих; П.- владение основами самоконт роля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной	Развитие этических качеств, доброжелательнос ти и эмоционально -нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	аттестация.			устраняя типичные ошибки.	и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	чувствам других людей
89	Оценка техники ведения мяча с сопротивле нием. Быстрый прорыв (2х1,3 х 2).	Оценка техники ведения мяча с сопротивлением. Быстрый прорыв (2х1,3 х 2).	Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв (2х1,3 х 2).	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой деятельности	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не- успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базо- выми предметными и межпред- метными понятиями, отражаю- щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро- вать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
90	Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивле нием. Тестирован ие – наклон вперед, стоя	Совершенствоват ь сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Провести тестирование – наклон вперед, стоя	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Учебная игра.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель но	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ- ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет- ными понятиямиК. - осуществлять вза-имный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
91	Быстрый прорыв (3 х 1). Взаимодейс	Совершенствоват ь быстрый прорыв (3 х 1). Взаимодействие	Быстрый прорыв (3 х 1). Взаимодействие игроков в защите	Овладение основами технических действий,	Р: целеполагание: формулирова ть и удерживать учебную задачу; планирование –выби- рать действия в соответствии	Смыслообразова- ние– адекватная мотивация учеб- ной деятель-

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	твие игроков в защите через заслон. Тестирован ие – поднимание туловища.	игроков в защите через заслон. Провести тестирование – поднимание туловища.	и нападении через заслон. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой и соревнователь ной деятельности	с поставленной задачей и усло- виями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения постав- ленных задач; определять и кратко характеризовать физи- ческую культуру как занятия физическими упражнениями., К: инициативное сот- рудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью	ности. Нравственно- этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
92	Быстрый прорыв (3 х 2). Взаимодейс твие игроков в нападении через заслон. Тестирован ие – прыжок в длину с места.	Совершенствоват ь быстрый прорыв(3 х 2). Взаимодействие игроков в нападении через заслон. Провести тестирование – прыжок в длину с места.	Быстрый прорыв (3 х 2). Взаимодействие игроков в защите и нападении через заслон. Штрафной бросок. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Овладение умениями организовать здоровьесбере гающую жизнедеятель ность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровитель ные меропри ятия, подвиж ные игры)	Р: целеполагание: формулирова ть и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразова ние– адекватная мотивация учебно й деятельности (социальная, внешняя)
93	Быстрый прорыв (4 х 2). Учебная игра. Тестирован ие –	Разучить быстрый прорыв (4 х 2). Провести учебную игру, провести тестирование –	Быстрый прорыв (4 х 2). Учебная игра. Тестирование – подтягивание. Учебная игра.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не- успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базо-	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	подтягивание.	подтягивание. Учебная игра.	Развитие координационных способностей.		выми предметными и межпредметными понятиями К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	
Легкая атлетика (9 часов). Спринтерский бег, эстафетный бег. (5 часов).						
94	ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Техника спринтерского бега.	Повторение правил поведения при проведении занятий по легкой атлетике, техники низкого старта (30-40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег (передача эстафетной палочки). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Низкий старт (30-40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег (передача эстафетной палочки). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Выполняют бег с максимальной скоростью 40-50м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
95	Техника низкого старта. Эстафетный бег (круговая эстафета).	Повторить технику низкого старта (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ.	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специальные беговые	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество–	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
		Специальные беговые упражнения.	упражнения.		ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	
96	Бег по дистанции (70-80м), Финиширование. Тестирование - бег 30м.	Повторение техники бега по дистанции (70-80м), Финиширование. Тестирование - бег 30м.	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80м), Финиширование. Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
97	Техника спринтерского бега. Специальные беговые упражнения .	Совершенствовать технику спринтерского бега. Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
98	Бег на результат (60м). Специальные беговые упражнения.	Выполнить бег на результат (60м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Бег на результат (60м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
99	Техника прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча на дальность.	Совершенствовать метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность, технику прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	<i>Самоопределение</i> – осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов
100	Метание мяча (150 г) на	Совершенствовать технику прыжка в высоту	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Подбор	Расширение двигательного опыта за счет	Р: <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выби-	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебно

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	дальность с 5-6 шагов. Тестирование – бег (1000м).	с 11-13 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега. Отталкивание. Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. Провести тестирование – бег (1000м).	разбега. Отталкивание. Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	рвать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	й деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
10 1	Оценка метания мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов.	Оценка метания теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Переход планки. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Переход планки. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств,	Р: <i>целеполагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
10 2	Техника прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов.	Оценка техники прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов. Специальные беговые	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного

№ п/ п	Тема урока	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
				Предметные	Метапредметные ууд	Личностные
	Специ- альные беговые упражнения .	упражнения Провести соревнования по легкой атлетике.	шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	ных на разви- тие основных физических качеств, повышение функциональ ных возможностей основных систем организма	предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи- ми существенные связи и отно- шения между объектами и про- цессами. К. - осуществлять вза- имный контроль в совместной деятельности	смысла учения

Материально-техническое обеспечение

Учебно-методическое обеспечение:

- стандарт начального общего образования по физической культуре;
- примерные программы по учебному предмету «Физическая культура» (5-9 классы);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;
- методические издания по физической культуре для учителей.

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;
- скамейки гимнастические;
- скакалки гимнастические;
- обручи гимнастические;
- маты гимнастические;
- перекладина навесная;
- канат для лазанья;
- мячи набивные (1 кг);
- мячи массажные;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- мячи средние резиновые;
- мячи большие (резиновые, баскетбольные, волейбольные, футбольные);
- планка для прыжков в высоту;
- стойки для прыжков в высоту;
- щиты с баскетбольными кольцами;
- стойки волейбольные;
- сетка волейбольная;
- аптечка медицинская.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич / авт.-сост. А. Н. Каинов, Г. И. Курьерова. – Изд. 2-е - Волгоград: Учитель, 2013

Учебники:

Физическая культура. 8-9 классы: Учебник для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — М.: Просвещение, 2019. — 256 с.

Пособия для учителя:

- Жилкин А. И. и др. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003.
- Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы. Универсальное издание. – М.: ВАКО, 2005. – (В помощь школьному учителю).
- Настольная книга учителя физической культуры :: справ.- метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. - М.: ООО «Изд-во АСТ»: 2003.
- Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры /под ред.Э. Найминова. – М., 2001.
- Практикум по лёгкой атлетике /под ред. И.В. Лазарева, В.С. Кузнецова, Г.А. Орлова. – М., 1999.
- Лёгкая атлетика в школе /под ред. Г.К. Холодова, В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого. – М., 1998.
- Спортивные игры на уроках физкультуры /ред. О. Листов. – М.,2001.
- Журнал « Спорт в школе»
- Журнал «Физическая культура в школе».
- Урок в современной школе /ред. Г.А. Баландин, Н.Н. Назаров, Т.Н. Казаков. – М., 2004.

Нормативные документы:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. т 21.04.2011 г.);
- Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 г. № 751;
- базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации. Приказ МО РФ от 09.03.2004 г. № 1312 (ред. от 30.08.2010 г.).