

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ №1 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА

РАССМОТРЕНО

На заседании методического объединения учителей

Протокол № 1 от « 30 » августа 2022

Руководитель МО

Степанов

Подпись

Степанов С.В.

Расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

« 30 » августа 2022

Попова

Подпись

Попова М.Б.

Расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

Директор Гимназия №1

« 30 » августа 2022

Цыбанев

И.П. Цыбанев



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

физическая культура
(название курса)

9 классе

базовый уровень

Составитель рабочей программы Трошицкая О.А.

2022 / 2023 учебный год

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 КЛАСС

Раздел,	№ урока	Тема	Решаемые проблемы.	Количество часов	Планируемые результаты		Дата	
					Предметные	Метапредметные и личностные	планируемая	фактическая
Легкая атлетика	1	Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой, кроссовой подготовкой.	Как правильно выполнять технические действия по разделу легкой атлетики.	1	Знать правила ТБ на уроках легкой атлетики	Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач и кратко характеризуют Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.		
	2	Влияние легкоатлетических упражнений на здоровье. Пробегание отрезков от 10 до 15 метров. Совершенствование техники бега на дистанциях от 200 до 1000 м.	Как правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. Как выполнять технику бега различными способами.	1	Научиться правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. Выполнять технику бега различными способами.	Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: формулируют		

					собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.		
3	Обучение прыжку в длину с разбега способом «согнув ноги» с 5 – 7 беговых шагов. Совершенствование спринтерского бега.	Как правильно выполнить прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	Научиться выполнить прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	Личностные: описывать технику выполнения прыжковых упражнений Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.		
4	Прыжки в длину с 7- 9 шагов разбега. Бег 30 и 60 м. на результат	Как выполнить прыжки в длину с разбега. Как выполнить бег 60 м. на результат.	1	Научиться выполнить прыжки в длину с разбега. Научиться выполнить бег 60 м. на результат.	Личностные: описывать технику выполнения беговых упражнений и технику прыжка в длину с разбега. Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		
5	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	Как выполнять прыжки в длину с разбега.	1	Научиться выполнять прыжки в длину с разбега.	Личностные: описывать технику прыжка в длину с разбега. Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		

6	Метание малого мяча на дальность. Прыжки через скакалку за 1 мин.	Как правильно выполнять технику метания мяча на дальность. Научиться прыжкам через скакалку за 1 мин.	1	Научиться выполнять технику метания мяча на дальность. Научиться прыжкам через скакалку за 1 мин.	Личностные: описывать технику метания мяча разными способами, осваивать ее самостоятельно. Регулятивные: применять упражнения малого мяча для развития физических качеств Познавательные: демонстрировать выполнение метания малого мяча. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча.		
7	Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов разбега.	Как выполнять технику метания мяча.	1	Научиться выполнять технику метания мяча.	Личностные: описывать технику метания мяча разными способами Регулятивные: применять упражнения малого мяча для развития физических качеств. Познавательные: демонстрировать выполнение метания малого мяча. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча.		
8	Метание мяча на заданное расстояние. Совершенствование бега с ускорениями 30 – 40 м.	Как выполнять технику метания мяча. Как правильно выполнить бег с ускорением.	1	Научиться выполнять технику метания мяча. Научиться выполнить бег с ускорением.	Личностные: описывать технику метания мяча разными способами Регулятивные: применять упражнения малого мяча для развития физических качеств. Познавательные: демонстрировать выполнение метания малого мяча. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча.		
9	Бег 1500 м.	Как выполнить бег на выносливость.	1	Научиться выполнить бег на выносливость.	Личностные: описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на		

		Совершенствование передачи эстафетной палочки.	Как выполнять технику передачи эстафетной палочки.		Научиться выполнять технику передачи эстафетной палочки.	выносливость. Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.		
	10	Встречная эстафета с палочкой. Кроссовая подготовка	Как выполнять технику метания мяча. Как выполнить бег по дистанции.	1	Научиться выполнять технику метания мяча. Научиться выполнить бег по дистанции.	Личностные: описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на выносливость. Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.		
Гимнастика	11	Инструктаж по технике безопасности на занятиях гимнастикой Перестроения в движении.	Знать правила безопасности в зале с инвентарем и на гимнастических снарядах. Как правильно выполнять общеразвивающие упражнения с предметами (гимнастические	1	Знать правила безопасности в зале с инвентарем и на гимнастических снарядах. Научиться правильно выполнять общеразвивающие упражнения с предметами (гимнастические скамейке и стенки)	Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. Коммуникативные: используют речь		

		скамейке и стенки)			для регуляции своего действия.		
12	Совершенствование упражнений акробатики: группировка, перекаты в группировке, кувырки, упор.	Как закрепить навыки выполнения упражнений акробатики	1	Закрепить навыки выполнения упражнений акробатики	Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.		
13	Стойка на лопатках Кувырок вперед и назад в группировке.	Как выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым способом.	2	Научиться выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым способом.	Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; самоанализ и самоконтроль результата. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действий; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.		
14	Мост из положения лежа. Совершенствование изученных акробатических	Как выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым	2	Научиться выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым способом.	Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; самоанализ и самоконтроль результата. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действий;		

	упражнений.	способом.			адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.		
15-16	Упражнения на низкой перекладине: смешанные висы. Совершенствование изученных акробатических упражнений.	Как выполнять упражнения на низкой перекладине	2	Научиться выполнять упражнения на низкой перекладине	Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.		
17	Смешанные висы и упоры на перекладине. Совершенствование изученных акробатических упражнений.	Как выполнять смешанные висы и упоры на перекладине.	2	Научиться выполнять смешанные висы и упоры на перекладине.	Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; самоанализ и самоконтроль результата. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действий; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.		

	18	Совершенствование висов и упоров на перекладине.	Как выполнять смешанные висы и упоры на перекладине.	1	Научиться выполнять смешанные висы и упоры на перекладине.	Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; самоанализ и самоконтроль результата. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действий; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.		
	19	Совершенствование техники лазания по наклонной гимнастической скамейке.	Как научиться технике выполнения лазания по наклонной гимнастической скамейке.	2	Научиться технике выполнения лазания по наклонной гимнастической скамейке.	Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.		
	20	Совершенствование техники лазания по наклонной гимнастической скамейке. Подтягивание в висе, вис на согнутых руках.	Как научиться технике выполнения лазания по наклонной гимнастической скамейке. Как выполнять подтягивание в висе на согнутых руках.	1	Научиться технике выполнения лазания по наклонной гимнастической скамейке. Научиться выполнять подтягивание в висе на согнутых руках.	Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.		
Баскетб	21	Техника безопасности по разделу баскетбол.	Как правильно вести себя на уроке	1	Научиться выполнять передачу мяча двумя	Личностные: описывать технику игровых приемов.		

ол		Совершенствование передачи мяча от груди.	по баскетболу. Как правильно совершенствовать передачи мяча от груди.		руками от груди.	Регулятивные: применять правила подбора одежды для занятий баскетболом Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий.		
	22-23	Совершенствование передачи от груди. Техника ведения мяча змейкой.	Как правильно совершенствовать передачи от груди. Как выполнить технику ведения мяча змейкой	3	Научиться выполнять передачу мяча от груди и технике ведения мяча змейкой.	Личностные: осваивать технику игровых действий и приемов самостоятельно. Регулятивные: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		
	24-25	Передача одной рукой от плеча на месте и в движении. Совершенствование техники ведения мяча.	Как выполнить передачу одной рукой от плеча на месте и в движении. Как правильно совершенствовать технику ведения мяча.	3	Научиться выполнять передачу одной рукой от плеча на месте и в движении, технике ведения мяча.	Личностные: организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками. Регулятивные: использовать игру баскетбол в организации активного отдыха. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий		
	26-27	Техника ведения мяча. Совершенствование техники передачи	Как правильно выполнить на оценку технику	3	Научиться выполнять передачу одной рукой от плеча на месте и в	Личностные: осваивать технику игровых действий и приемов самостоятельно.		

		мяча.	ведения мяча. Как совершенствовать технику передачи мяча.		движении, технике ведения мяча.	Регулятивные: выполнять правила игры. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий.		
	28-29	Техника передачи мяча. Броски по кольцу.	Как правильно выполнить на оценку технику передачи мяча. Как правильно выполнить броски по кольцу.	3	Научиться технике передачи мяча и броскам по кольцу.	Личностные: осваивать технику игровых действий и приемов самостоятельно. Регулятивные: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		
	30	Совершенствование техники бросков в кольцо. Развитие двигательных качеств по средствам специальных упражнений баскетбола. Подведение итогов по разделу.	Как выполнить совершенствование техники бросков в кольцо. Как развитие двигательные качества по средствам специальные упражнения баскетбола. Подведение итогов по разделу.	2	Научиться выполнять технику бросков в кольцо и развить двигательные качества по средствам специальных упражнений.	Личностные: организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками. Регулятивные: использовать игру баскетбол в организации активного отдыха. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий.		
Вол ейб	31	Техника безопасности по разделу волейбол.	Как правильно вести себя на уроке	1	Научиться правильно вести себя на уроке по	Личностные: организовывать совместные занятия волейболом со		

ол		Развитие двигательных качеств по средствам ОРУ. Стойка волейболиста.	по разделу волейбол. Как развить двигательные качества по средствам ОРУ. Как правильно выполнять стойку волейболиста.		разделу волейбол и развивать двигательные качества по средствам ОРУ. Научиться правильно выполнять стойку волейболиста.	сверстниками. Регулятивные: применять правила подбора одежды для занятий волейболом. Познавательные: моделировать технику действий и приемов волейболиста. Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		
	32-34	Совершенствование стойки волейболиста. Техника набрасывание мяча над собой. Техника приема и передачи мяча сверху.	Как совершенствовать стойку волейболиста. Как выполнить технику набрасывание мяча над собой. Как выполнить технику приема и передачи мяча сверху.	5	Научится правильно выполнять стойку волейболиста. Научиться технике набрасывание мяча над собой и технике приема и передачи мяча сверху.	Личностные: описывать технику игровых действий и приемов волейбола. Регулятивные: уважительно относиться к партнеру. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола.		
	35-38	Совершенствование техники набрасывание мяча над собой, техника приема и передачи мяча сверху.	Как совершенствовать технику набрасывание мяча над собой, техника приема и передачи мяча сверху.	5	Научиться технике набрасывание мяча над собой и технике приема и передачи мяча сверху.	Личностные: организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками. Регулятивные: выполнять правила игры. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		
	39-41	Совершенствование техники набрасывание мяча над собой, техника приема и	Как совершенствовать техники набрасывание мяча	5	Научиться технике набрасывание мяча над собой и технике приема и передачи мяча сверху.	Личностные: осуществлять судейство игры. Регулятивные: уважительно относиться к сопернику и управлять		

	передачи мяча сверху. Сгибание разгибание рук в упоре лежа.	над собой, техника приема и передачи мяча сверху. Как правильно выполнить сгибание разгибание рук в упоре лежа.		Научиться правильно, выполнять сгибание разгибание рук в упоре лежа.	своими эмоциями. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. Коммуникативные: <i>взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола.</i>		
42-44	Техники набрасывания мяча над собой. Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху. Техника приема и передачи мяча снизу.	Как правильно выполнить на оценку технику набрасывания мяча над собой. Как совершенствовать технику приема и передачи мяча сверху. Как правильно выполнить технику приема и передачи мяча снизу.	5	Научиться качественно, выполнять технику набрасывания мяча над собой. Научиться правильно, выполнять технические действия волейбола.	Личностные: описывать технику игровых действий и приемов волейбола. Регулятивные: уважительно относиться к партнеру. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола.		
45-48	Совершенствование техники приема и передачи мяча. Техника прямой нижней подачи.	Как совершенствовать техники приема и передачи мяча. Как правильно выполнить технику прямой нижней подачи.	5	Научится технике приема и передачи мяча, и технике прямой нижней подачи.	Личностные: организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками. Регулятивные: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		

49-51	Техника приема и передачи мяча в парах. Совершенствование нижней прямой подачи.		5	Научиться качественно выполнять – технику приема и передачи мяча в парах. Научиться нижней прямой подаче.	Личностные: организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками. Регулятивные: выполнять правила игры. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		
52-54	Совершенствование приема и передачи мяча в парах. Совершенствование нижней прямой подачи.	Как правильно выполнить на оценку технику приема и передачи мяча в парах. Как совершенствовать нижнюю прямую подачу.	4	Научиться приему и передачи мяча в парах с нижней прямой подачи	Личностные: осуществлять судейство игры. Регулятивные: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола.		
55	Совершенствование технических действий волейбола. Учебная игра.	Как совершенствовать прием и передачи мяча в парах с нижней прямой подачи. Как правильно выполнить подъем корпуса из положения лежа.	2	Научиться техническим действиям волейбола и игре в волейбол.	Личностные: организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками Регулятивные: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. Коммуникативные: соблюдать		

					правила безопасности		
56	Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой, кроссовой подготовкой.	Как правильно выполнять технические действия по разделу легкой атлетики.	1	Знать правила ТБ на уроках легкой атлетики	Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач и кратко характеризуют Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.		
57-58	Высокий старт, старт с опорой на одну руку. Пробегание отрезков от 10 до 15 метров. Стартовый разгон. Развитие выносливости. Бег от 3 до 5 мин	Как выполнить старт с опорой на одну руку. Как выполнять стартовый разгон. Как развить выносливость.	1	Научиться выполнить старт с опорой на одну руку. Как правильно выполнять стартовый разгон. Как развить выносливость.	Личностные: Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения. Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: применять беговые упражнения для развития физических качеств. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.		
59	Обучение прыжку в длину с разбега способом «согнув ноги» с 5 – 7 беговых шагов. Совершенствование	Как правильно выполнить прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	Научиться выполнить прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	Личностные: описывать технику выполнения прыжковых упражнений Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать		

		спринтерского бега.			вариативное выполнение прыжковых упражнений. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.		
60	Прыжки в длину с 7- 9 шагов разбега. Бег 30 и 60 м.	Как выполнить прыжки в длину с разбега. Как выполнить бег 60 м. на результат.	1	Научиться выполнять прыжки в длину с разбега. Научиться выполнить бег 60 м. на результат.	Личностные: описывать технику выполнения беговых упражнений и технику прыжка в длину с разбега. Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		
61-62	Прыжки в длину с 7- 9 шагов разбега. Бег 30 и 60 м. на результат	Как правильно выполнять прыжки в длину с разбега. Как выполнить бег 60 м. на результат.	1	Научиться выполнять прыжки в длину с разбега. Научиться выполнить бег 60 м. на результат.	Личностные: описывать технику выполнения беговых упражнений и технику прыжка в длину с разбега. включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		
63	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	Как выполнять прыжки в длину с разбега.	1	Научиться выполнять прыжки в длину с разбега.	Личностные: описывать технику прыжка в длину с разбега. Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений.		

						Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.		
64	Метение малого мяча на дальность. Прыжки через скакалку за 1 мин.	Как правильно выполнять технику метания мяча на дальность. Научиться прыжкам через скакалку за 1 мин.	1	Научиться выполнять технику метания мяча на дальность. Научиться прыжкам через скакалку за 1 мин.	Личностные: описывать технику метания мяча разными способами, осваивать ее самостоятельно. Регулятивные: применять упражнения малого мяча для развития физических качеств Познавательные: демонстрировать выполнение метания малого мяча. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча.			
65	Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов разбега.	Как выполнять технику метания мяча.	1	Научиться выполнять технику метания мяча.	Личностные: описывать технику метания мяча разными способами Регулятивные: применять упражнения малого мяча для развития физических качеств. Познавательные: демонстрировать выполнение метания малого мяча. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча.			
66	Метание мяча на заданное расстояние. Совершенствование бега с ускорениями 30 – 40 м.	Как выполнять технику метания мяча. Как правильно выполнить бег с ускорением.	1	Научиться выполнять технику метания мяча. Научиться выполнить бег с ускорением.	Личностные: описывать технику метания мяча разными способами Регулятивные: применять упражнения малого мяча для развития физических качеств. Познавательные: демонстрировать выполнение метания малого мяча. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча.			

67	Бег 1500 м. Совершенствование передачи эстафетной палочки.	Как выполнить бег на выносливость. Как выполнять технику передачи эстафетной палочки.	1	Научиться выполнить бег на выносливость. Научиться выполнять технику передачи эстафетной палочки.	Личностные: описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на выносливость. Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.		
68	Встречная эстафета с палочкой. Кроссовая подготовка	Как выполнять технику метания мяча. Как выполнить бег по дистанции.	1	Научиться выполнять технику метания мяча. Научиться выполнить бег по дистанции.	Личностные: описывать технику передачи эстафетной палочки и бега на выносливость. Регулятивные: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. Познавательные: демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.		