

Программа курса «Физическая культура» для 5 – 9 классов

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 5-9 классов разработана на основе следующих документов:

- Закона Российской Федерации «Об образовании»;
- Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- ФГОС основного общего образования
- «Комплексной программы физического воспитания 1-11 классы», автором - составителем которой являются В.И.Лях и А.А.Зданевич; издательство «Просвещение», Москва - 2013г.

Цель программы: обеспечение современного образования учащихся в контексте требований ФГОС

Задачи программы:

- Реализация идеологической основы ФГОС - Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

- Реализация методологической и методической основы ФГОС- организация учебной деятельности учащихся на основе системно-деятельностного подхода.

- Достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения образовательной программы посредством формирования универсальных учебных действий, как основы умения учиться.

Программа обеспечивает достижение учащимися 5-9 классов определенных личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;

- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

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.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

Предметные результаты:

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

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах;
- обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;
- формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

В области физической культуры:

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

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

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;

- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей; воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Данное планирование предлагает вариант трехразовых занятий в неделю, что предусмотрено используемой комплексной программой физического воспитания.

Содержание программного материала состоит из двух основных частей: **базовой** и **вариативной** (дифференцированной). Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без базового компонента невозможна успешная адаптация к жизни в человеческом обществе и эффективное осуществление трудовой деятельности независимо от того, чем бы хотел молодой человек заниматься в будущем.

Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

Вариативная (дифференцированная) часть физической культуры обусловлена необходимостью учёта индивидуальных способностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школы.

Календарно-тематическое планирование в 5–9 классах предусматривает углубленное обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта: легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры (баскетбол). Часы, предусмотренные программой на лыжную подготовку в данном планировании переданы на кроссовую подготовку.

Часы, предусмотренные программой на вариативную (дифференцированную) часть физической культуры предложено распределить следующим образом:

- 5–6 классы: обучать игре русская лапта и элементам игры в футбол;
- 7–9 классы: элементы атлетической и ритмической гимнастики и спортивной игры – волейбол.

В рабочих планах-графиках распределения учебного материала по четвертям в разделах: «Основы знаний» и «Межпредметные связи» предусмотрены теоретические вопросы по углублению знаний учащихся о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма (дыхание, кровообращение, ЦНС, обмен веществ), на развитие коллективных, трудовых, волевых и нравственных качеств, на получение представления о физической культуре личности, ее взаимосвязи с основами здорового образа жизни и

овладением знаний о методике самостоятельных занятий. Во время изучения конкретных разделов программы предложены теоретические сведения об основных видах спорта, безопасности и оказания первой помощи при травмах.

В планировании подробно описываются предлагаемые упражнения для решения одной из главнейших задач уроков – развитие двигательных качеств учащихся: координационных (ориентирование в пространстве, быстрота перестроения двигательных действий и точности двигательных реакций, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования силовых, временных и пространственных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы, гибкости, ловкости) способностей, а также сочетание этих способностей.

Чтобы определить уровень развития физической подготовленности занимающихся в I и IV четвертях, рабочим планом-графиком предусмотрено тестирование учащихся, т. е. предлагается проверить физическую подготовленность детей в начале и конце учебного года.

Учителям физкультуры рекомендуется завести специальные журналы, где из года в год фиксировать результаты тестирования.

Домашние задания предусматривают постепенный рост результативности по классам предложенных упражнений, доступных для выполнения в домашних условиях, а также предлагаются задания (по выбору учителя, которые будут фиксироваться в конспектах уроков) из пройденного программного материала, это могут быть группировки, кувырки, стойки, передвижения, имитационные движения и т. д.

Большое значение в тематических планах придается решению воспитательных задач: доброжелательного отношения друг к другу, умения и желания оказывать помощь, дисциплинированность, корректность, требовательность к себе, выработку привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время, воспитанию ценностных ориентиров на здоровый образ жизни.

Для содействия формированию у подростков адекватной оценки своих физических возможностей и мотивов к самосовершенствованию предложено обучение учащихся на уроках овладению организаторскими умениями и навыками проведения занятия в качестве командира отделения, капитана команды, помощника судьи, судьи и т. д.

Двигательные умения, навыки и способности

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

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

В гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять акробатическую комбинацию из четырех элементов, включающую кувырки вперед и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперед и назад в полушпагат, мост и поворот в упор стоя на одном колене (девочки).

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

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

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

Способы спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырехборью: бег 60 м, прыжок в длину или в высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта.

Правила поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

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

Использование данного планирования или его фрагментов позволит учителям физической культуры правильно организовать двигательную активность учащихся, удовлетворять естественную потребность растущего организма в движениях и повысить сопротивляемость организма неблагоприятным внешним условиям, а также позволит управлять интенсивным развитием форм и функций организма.

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.

Итоговая отметка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

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» (12, 13, 14)	Оценка «4» (9, 10, 11)	Оценка «3» (6, 7, 8)	Оценка «2» (5, 4, 2, 1)
-------------------------	------------------------	----------------------	-------------------------

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.

2. 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» (12, 13, 14)	Оценка «4» (9, 10, 11)	Оценка «3» (6, 7, 8)	Оценка «2» (5, 4, 3, 2, 1)
За выполнение, в котором:	За тоже 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 нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив.	При выполнении ученик действует так же, как и в 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.

3. Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка «5» (12, 13, 14)	Оценка «4» (9, 10, 11)	Оценка «3» (6, 7, 8)	Оценка «2» (5, 4, 3, 2, 1)
<p>Учащийся умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги. 	<p>Учащийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги. 	<p>Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов.</p>	<p>Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.</p>

4. Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка «5» (12, 13, 14)	Оценка «4» (9, 10, 11)	Оценка «3» (6, 7, 8)	Оценка «2» (5, 4, 3, 2, 1)
<p>Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определённый период времени.</p>	<p>Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста.</p>	<p>Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту.</p>	<p>Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности.</p>

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.

Учебно-методический комплект

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич Москва «Просвещение» 2013

Учебники:

Авторы: М.А.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А.Баландин, Н.Н.Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С.Алёшина, З.В.Гребенщикова, А.Н.Крайнов

Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2013

Методическое обеспечение: Физическая культура 5-7 классы./ Под редакцией М.Я. Виленского. Учебник для общеобразовательных учреждений. Москва «Просвещение» 2013

Программа: Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразоват. Учреждений. – М. : Просвещение, 2013. (Стандарты второго поколения).

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ НА РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА (СЕТКА ЧАСОВ)

Таблица 1

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов
Базовая часть		90
1	Знания о физической культуре	В процессе урока
2	Способы физкультурной деятельности	В процессе урока
3	Легкоатлетические упражнения	22
4	Подвижные и спортивные игры	33
5	Гимнастика с элементами акробатики	17
6	Кроссовая подготовка	18
Вариативная часть		12
1	Легкоатлетические упражнения	6
2	Подвижные и спортивные игры	6
Итого:		102

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

по учебному предмету «Физическая культура»

5 класс

102 часа (3 часа в неделю)

Общие надпредметные цели: Формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Общие предметные цели: укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма; формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта; освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями; воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Легкая атлетика (15 часов)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

1	Беговые упражнения	5	Вводный	Техника высокого старта (10-15 м), стартовый разгон, бег по дистанции (70-90 м). Бег с ускорением 30-40 м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. История легкой атлетики. Инструктаж по ТБ.	Уметь: пробегать дистанцию с максимальной скоростью с высокого старта (60 м)	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Комплекс 1		
---	--------------------	---	---------	--	---	--	---	---------	------------	--	--

2		Комплексный	<p>Техника высокого старта (10-15 м), стартовый разгон, бег по дистанции (70-90 м). Бег с ускорением 30-40 м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Техника бега в равномерном темпе 10' История легкой атлетики. <i>Входящий тестовый контроль (бег 30 м)</i> Ценностные ориентации индивидуальной физкультурной деятельности.</p>	<p>Уметь: пробегать дистанцию с максимальной скоростью с высокого старта (60 м)</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p>	<p>Регулятивные: целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: общеучебные – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. Коммуникативные: планировать учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; сотрудничество – согласовывать усилий по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности</p>	Входящий тестовый контроль	Секундомер	Комплекс 1		
---	--	-------------	--	--	--	---	----------------------------	------------	------------	--	--

3		Комплексный	<p>Высокий старт (30 м), бег по дистанции (70-90 м). Финиширование. Скоростной бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Техника бега в равномерном темпе 10' <i>Входящий тестовый контроль (челночный бег 3x10м)</i></p>	<p>Уметь: пробегать дистанцию с максимальной скоростью с высокого старта (60 м)</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование целостного образа мира при разнообразии культур, религий; уважение истории и культуры разных народов.</p>	<p>Регулятивные: целеполагание — ставить учебную задачу; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: общеучебные – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. Коммуникативные: планировать учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; сотрудничество – согласовывать усилия по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности</p>	Входящий тестовый контроль	Секундомер	Комплекс 1		
---	--	-------------	--	---	---	---	----------------------------	------------	------------	--	--

4		Комплексный	<p>Высокий старт (30 м), бег по дистанции (70-90 м). Финиширование. Скоростной бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Техника бега в равномерном темпе 10' <i>Входящий тестовый контроль (6' бег)</i></p>	<p>Уметь: пробегать с максимальной скоростью с высокого старта (60 м).</p>	<p>Смыслообразование — формирование мотивации, реализующего потребность в социально значимой и социально оцениваемой деятельности Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: целеполагание — ставить учебную задачу; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: общеучебные – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. Коммуникативные: планировать учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; сотрудничество – согласовывать усилия по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности</p>	<p>Входящий тестовый контроль</p>	<p>Секундомер</p>	<p>Комплекс 1</p>		
---	--	-------------	---	--	---	--	-----------------------------------	-------------------	-------------------	--	--

5	Учетны й	Бег на результат (60 м). Развитие скоростных способностей. Эстафетный бег. Техника бега в равномерном темпе 10'	Уметь: пробежать с максимальн ой скоростью с низкого старта (60 м)	Смыслообраз ование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопредел ение — формировани е адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия .	Регулятивные: целесолагание – формулировать и удерживать учебную задачу; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Д.: «5»- 10,4 с «4»- 11,0 с «3»- 12,5 с М.: «5»- 10,0 с «4»- 10,6 с «3»- 11,6с	Секундо мер	Комп лекс 1		
---	-------------	--	--	---	---	---	----------------	-------------------	--	--

6	Прыжковые упражнения	6	Комплексный	Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Отталкивание. Челночный бег. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 7-9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;	Текущий		Комплекс 1		
---	----------------------	---	-------------	--	--	--	--	---------	--	------------	--	--

7		Комплексный	Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Отталкивание. Челночный бег. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств. <i>Входящий тестовый контроль (прыжок в длину с места)</i>	Уметь: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 7-9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений	Нравственно-этическая ориентация – <i>формирование основных моральных норм.</i> Смыслообразование – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Входящий тестовый контроль	Рулетка измерительная	Комплекс 1		
---	--	-------------	---	--	---	---	----------------------------	-----------------------	------------	--	--

8		Учетны й	Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Отталкивание. Челночный бег. Многоскоки. Развитие скоростно- силовых качеств.	Уметь: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 7- 9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений	Нравственно- этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразо- вание — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталонном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию;	Техник а прыжк а в длину с разбега .	Комп лекс 1		
---	--	-------------	--	--	---	--	---	-------------------	--	--

9		Комплексный	Техника прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств. Круговая тренировка.	Уметь: совершать прыжок в высоту после быстрого разбега с 7-9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;	Текущий	Стойки, планка для прыжков в высоту. Маты гимнастические.	Комплекс 1		
---	--	-------------	---	---	--	--	---------	---	------------	--	--

10		Комплексный	Техника прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств. Круговая тренировка.	Уметь: совершать прыжок в высоту после быстрого разбега с 7-9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;	Текущий	Стойки, планка для прыжков в высоту. Маты гимнастические.	Комплекс 1		
----	--	-------------	---	---	--	--	---------	---	------------	--	--

11		Учетны й	Техника прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега. Многоскоки. Развитие скоростно- силовых качеств. Круговая тренировка.	Уметь: совершать прыжок в высоту после быстрого разбега с 7- 9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений	Нравственно- этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразо- вание — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталонном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию;	Техник а прыжк а в высоту с разбега .	Стойки, планка для прыжков в высоту. Маты гимнасти- ческие.	Комп лекс 1		
----	--	-------------	---	---	---	--	--	--	-------------------	--	--

12	Метание малого мяча	4	Компле ксный	Техника метания малого мяча в цель и на дальность. ОРУ с набивным мячом. Метание на дальность отскока от стены, в горизонтальную цель 1x1м с расстояния 6-8 метров. Правила соревнований по метанию.	Уметь: метать мяч в цель и на дальность.	Нравственно- этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразо вание — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;	Текущ ий	Теннисн ые мячи	Комп лекс 1		
----	---------------------------	---	-----------------	---	--	--	--	-------------	--------------------	-------------------	--	--

13		Комплексный	<p>Техника метания малого мяча в цель и на дальность. ОРУ с набивным мячом. Метание на дальность отскока от стены, в горизонтальную цель 1x1м с расстояния 6-8 метров.</p> <p>Метание с 4-5 бросковых шагов. Правила соревнований по метанию.</p> <p><i>Входящий тестовый контроль (Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики) на низкой перекладине из виса лежа (девочки))</i></p>	<p>Уметь: метать мяч в цель и на дальность.</p>	<p>Смыслообразование – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.</p> <p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм.</p>	<p>Регулятивные: <i>планирование</i> – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p>	<p>Входящий тестовый контроль</p>	<p>Теннисные мячи</p> <p>Перекладина маты гимнастические</p>	Комплекс 1		
----	--	-------------	--	--	---	---	-----------------------------------	--	------------	--	--

14		Комплексный	<p>Техника метания малого мяча в цель и на дальность. ОРУ с набивным мячом. Метание на дальность отскока от стены, в горизонтальную цель 1x1м с расстояния 6-8 метров.</p> <p>Метание с 4-5 бросковых шагов.</p> <p><i>Входящий тестовый контроль (гибкость; наклон вперед из положения стоя)</i></p>	<p>Уметь: метать мяч в цель и на дальность с разбега</p>	<p>Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия</p>	<p>Регулятивные: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки;</p> <p>Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.</p>	<p>Входящий тестовый контроль</p>	<p>Теннисные мячи Рулетка измерительная</p>	<p>Комплекс 1</p>		
----	--	-------------	---	---	--	--	-----------------------------------	---	-----------------------	--	--

15		Учетны й	Техника метания малого мяча в цель и на дальность. ОРУ с набивным мячом. Метание на дальность отскока от стены, в горизонтальную цель 1x1м с расстояния 6-8 метров. Метание с 4-5 бросковых шагов. Правила безопасного поведения во время каникул. Правила безопасного поведения на транспорте.	Уметь: метать мяч в цель и на дальность с разбега	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия	Регулятивные: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Д.: «5»-20м «4»-16м «3»-12м М.: «5»-25м «4»-19м «3»-16м	Теннисные мячи	Комплекс 1		
----	--	-------------	---	---	---	--	--	----------------	---------------	--	--

Спортивные игры (15 часов)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

16	Баскетбол	15	Комплексный	<p>Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами. Техника остановки двумя шагами. Ведение мяча без сопротивления защитника.. Инструктаж по технике безопасности.</p>	<p>Уметь: демонстрировать технику изучаемых игровых приемов</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
----	-----------	----	-------------	---	--	---	---	---------	---------------------	------------	--	--

17			<p>Совершенствования</p> <p>Совершенствование техники перемещения и остановок игрока. Ведение мяча без сопротивления защитника. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча. История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол.</p>	<p>Уметь: демонстрировать технику изучаемых игровых приемов</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Мячи баскетбольные.	Комплексы 3		
----	--	--	---	--	--	--	---------	---------------------	-------------	--	--

18			<p>Совершенствования</p> <p>Совершенствование техники перемещения и остановок игрока. Ведение мяча без сопротивления защитника. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча. История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол.</p>	<p>Уметь: демонстрировать технику изучаемых игровых приемов</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Мячи баскетбольные.	Комплексы 3		
----	--	--	---	--	--	--	---------	---------------------	-------------	--	--

19			<p>Совершенствования</p> <p>Совершенствование техники перемещения и остановок игрока. Ведение мяча без сопротивления защитника. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении. Техника бросков мяча одной и двумя руками с места и после ведения. Основные правила игры в баскетбол.</p>	<p>Уметь: демонстрировать технику изучаемых игровых приемов</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплексы 3		
----	--	--	---	--	--	--	---------	---	-------------	--	--

20			<p>Совершенствования</p> <p>Совершенствование техники перемещения и остановок игрока. Ведение мяча без сопротивления защитника. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении. Техника бросков мяча одной и двумя руками с места и после ведения. Основные правила игры в баскетбол.</p>	<p>Уметь: демонстрировать технику изучаемых игровых приемов</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплексы 3		
----	--	--	---	--	--	--	---------	---	-------------	--	--

21		Комплексный	<p>Совершенствование техники перемещения и остановок игрока. Ведение мяча без сопротивления защитника. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении. Техника бросков мяча одной и двумя руками с места и после ведения. Основные правила игры в баскетбол.</p>	<p>Уметь: демонстрировать технику изучаемых игровых приемов</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
----	--	-------------	--	--	--	--	---------	---	------------	--	--

22			<p>Совершенствования</p>	<p>Совершенствование техники перемещения и остановок игрока. Ведение мяча без сопротивления защитника. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении. Техника бросков мяча одной и двумя руками с места и после ведения. Освоение индивидуальной техники защиты. Вырывание и выбивание мяча. Основные правила игры в баскетбол.</p>	<p>Уметь: демонстрировать технику изучаемых игровых приемов</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: <i>планирование</i> – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	<p>Текущий</p>	<p>Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.</p>	<p>Комплексы 3</p>		
----	--	--	--------------------------	--	--	--	--	----------------	--	--------------------	--	--

23		Комплексный	Совершенствование техники перемещения и остановок игрока. Ведение мяча без сопротивления защитника. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении. Техника бросков мяча одной и двумя руками с места и после ведения. Освоение индивидуальной техники защиты. Вырывание и выбивание мяча. Основные правила игры в баскетбол.	Уметь: демонстрировать технику изучаемых игровых приемов	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
----	--	-------------	---	---	---	---	---------	---	------------	--	--

24			Совершенствования	<p>Совершенствование техники перемещения и остановок игрока. Ведение мяча без сопротивления защитника. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении. Техника бросков мяча одной и двумя руками с места и после ведения. Освоение индивидуальной техники защиты. Вырывание и выбивание мяча. Основные правила игры в баскетбол.</p>	<p>Уметь: демонстрировать технику изучаемых игровых приемов</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплексы 3		
----	--	--	-------------------	--	--	--	---	---------	---	-------------	--	--

25			<p>Совершенствования</p>	<p>Совершенствование техники перемещения и остановок игрока. Ведение мяча без сопротивления защитника. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении. Техника бросков мяча одной и двумя руками с места и после ведения. Освоение индивидуальной техники защиты. Вырывание и выбивание мяча. Основные правила игры в баскетбол.</p>	<p>Уметь: демонстрировать технику изучаемых игровых приемов</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	<p>Текущий</p>	<p>Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.</p>	<p>Комплексы 3</p>		
----	--	--	--------------------------	--	--	--	---	----------------	--	--------------------	--	--

26		Совершенствования	<p>Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощенным правилам. Основные правила игры в баскетбол. Основные приемы игры. История баскетбола.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплексы 3		
----	--	-------------------	--	---	--	--	---------	---	-------------	--	--

27			<p>Совершенствования</p> <p>Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощенным правилам. Основные правила игры в баскетбол. Основные приемы игры. История баскетбола.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	<p>Оценка техник и ведения мяча</p>	<p>Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.</p>	<p>Комплексы 3</p>		
----	--	--	---	---	--	--	-------------------------------------	--	--------------------	--	--

28			Комплексный	<p>Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощенным правилам. Основные правила игры в баскетбол. Основные приемы игры. История баскетбола.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
----	--	--	-------------	--	---	--	---	---------	---	------------	--	--

29		Совершенствования	<p>Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощенным правилам. Основные правила игры в баскетбол. Основные приемы игры. История баскетбола.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Оценка техник и передачи мяча	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплексы 3		
----	--	-------------------	--	---	--	--	-------------------------------	---	-------------	--	--

30			<p>Совершенствования</p> <p>Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощенным правилам. Основные правила игры в баскетбол. Основные приемы игры. История баскетбола. Правила безопасного поведения во время каникул. Правила безопасного поведения на транспорте.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплексы 3		
----	--	--	--	---	--	--	---------	---	-------------	--	--

Гимнастика с элементами акробатики (17 часов)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

31	Организуемые команды и приемы. Висы и упоры. Лазанье.	6	Комплексный	<p>Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. ОРУ без предметов на месте. Висы согнувшись и прогнувшись.</p> <p>Подтягивание в висе. Развитие силы. Инструктаж по технике безопасности.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на перекладине</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Перекладина гимнастическая	Комплекс 2		
----	---	---	-------------	---	---	---	---	---------	----------------------------	------------	--	--

32		Совершенствован	<p>Перестроены из колонны по одному в колонну по четыре. ОРУ без предметов на месте. Висы согнувшись и прогнувшись.</p> <p>Подтягивание в висе. Развитие силы. Лазанье по гимнастической лестнице. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости. Страховка и помощь во время занятий.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на перекладине</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Перекладина гимнастическая, лестница гимнастическая	Комплекс 2		
----	--	-----------------	--	---	---	---	---------	---	------------	--	--

33		<p>Совершенствования</p> <p>Перестроены из колонны по одному в колонну по четыре. ОРУ с предметами на месте. Висы согнувшись и прогнувшись.</p> <p>Подтягивание в висе. Развитие силы. Лазание потгимнастической лестнице. Лазанье по канату. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости. Страховка и помощь во время занятий.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на перекладине</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование целостного образа мира при разнообразии культур, религий; уважение истории и культуры разных народов; – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p>	<p>Регулятивные: <i>целеполагание</i> — ставить учебную задачу; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i> – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.</p> <p>Коммуникативные: планировать учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; <i>сотрудничество</i> – согласовывать усилий по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности</p>	Текущий	Перекладина гимнастическая Лестница гимнастическая Канат для лазанья с механизмом крепления.	Комплексы 2		
----	--	---	---	--	---	---------	--	-------------	--	--

34		<p>Совершенствован ия</p>	<p>Перестроены из колонны по одному в колонну по четыре. ОРУ с предметами на месте. Висы согнувшись и прогнувшись. Подтягивание в висе. Развитие силы. Лазание потгимнастической лестнице. Лазанье по канату. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости. Страховка и помощь во время занятий.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на перекладине</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию;</p>	Текущий	Перекладина гимнастическая Лестница гимнастическая Канат для лазанья с механизмом крепления.	Комплекс 2		
----	--	-------------------------------	---	---	--	---	---------	--	------------	--	--

35		Совершенствованная	<p>Повороты в движении. Перестроения из колонны по одному в колонну по восемь в движении. ОРУ с гантелями. Равновесие на бревне. Развитие силы. Основы начальной военной физической подготовки, совершенствование основных прикладных двигательных действий и развитие основных физических качеств (сила, выносливость, быстрота, координация, гибкость, ловкость) в процессе проведения индивидуальных занятий.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на гимнастическом бревне.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: планирование – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию; Перекладина гимнастическая Лестница гимнастическая Канат</p>	Текущий	Перекладина гимнастическая Лестница гимнастическая Канат для лазанья с механизмом крепления.	Комплекс 2		
----	--	--------------------	--	--	--	---	---------	--	------------	--	--

36		<p>Совершенствован ия</p>	<p>Перестроены из колонны по одному в колонну по четыре. ОРУ с предметами на месте. Висы согнувшись и прогнувшись . Подтягивание в висе. Развитие силы. Лазание потгимнастической лестнице. Лазанье по канату. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости. Страховка и помощь во время занятий.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на перекладине</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;</p>	Текущий	Перекладина гимнастическая Лестница гимнастическая Канат для лазанья с механизмом крепления.	Комплекс 2		
----	--	-------------------------------	--	---	--	---	---------	--	------------	--	--

37	Развити е коорди национ ных способ ностей	3	Совер шенст вован ия	ОРУ с предметами в движении. Упражнения с гимнастичес кой скамейкой. Упражнения на гимнастичес кой бревне. Эстафеты и игры с использован ием гимнастичес ких упражнений и инвентаря. Правила самоконтрол я. Способы регулирован ия физической нагрузки.	Уметь: выполнять элементы на гимнастическом бревне.	Нравственно- этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразов ание — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределен ие — <i>формирование основ</i> гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.	Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;	Текущ ий	Бревно гимнастич еское низкое. Скамейка гимнастич еская.	Компл екс 2		
----	---	---	-------------------------------	---	--	--	--	-------------	--	----------------	--	--

38			<p>Совершенствован</p> <p>ия</p> <p>ОРУ с предметами в движении. Упражнения с гимнастической скамейкой. Упражнения на гимнастической бревне. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря. Правила самоконтроля. Способы регулирования физической нагрузки.</p>	<p>Уметь: выполнять элементы на гимнастическом бревне.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.</p> <p>саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию;</p>	Текущий	Бревно гимнастическое низкое. Скамейка гимнастическая.	Комплекс 2		
----	--	--	---	---	--	--	---------	--	------------	--	--

39		Учетный	ОРУ с предметами в движении. Упражнения с гимнастической скамейкой. Упражнения на гимнастической бревне. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря. Правила самоконтроля. Способы регулирования физической нагрузки.	Уметь: выполнять элементы на гимнастическом бревне.	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Оценка техник и выполнения упражнений	Бревно гимнастическое низкое. Скамейка гимнастическая.	Комплекс 2		
----	--	---------	---	--	--	--	---------------------------------------	--	------------	--	--

40	Акробатические упражнения опорный прыжок.	8	Комплексный	Сед углом. Стойка на лопатках. Кувырок вперед. Кувырок назад. ОРУ. Развитие гибкости. Инструктаж по технике безопасности.	Уметь: выполнять акробатические элементы.	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Маты гимнастические	Комплекс 2		
----	---	---	-------------	---	--	--	---	---------	---------------------	------------	--	--

41			<p>Совершенствования</p> <p>Сед углом. Стойка на лопатках. Кувырок вперед. Кувырок назад. Акробатические комбинации из разученных упражнений ОРУ с предметами. Развитие гибкости.</p>	<p>Уметь: выполнять акробатические элементы.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	<p>Маты гимнастические</p> <p>Обруч гимнастический</p> <p>Скакалка гимнастическая</p>	Комплекс 2		
----	--	--	---	---	--	---	---------	---	------------	--	--

42			<p>Совершенствован</p> <p>Сед углом. Стойка на лопатках. Кувырок вперед. Кувырок назад. Акробатические комбинации из разученных упражнений ОРУ с предметами. Развитие гибкости. Техника опорного прыжка. Вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p> <p>Страховка и помощь во время занятий; составление комплекса упражнений для разогревания</p>	<p>Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов); совершать вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	<p>Маты гимнастические</p> <p>Обруч гимнастический</p> <p>Скакалка гимнастическая</p> <p>Козел гимнастический</p>	Комплекс 2		
----	--	--	---	---	--	---	---------	---	------------	--	--

43		Совершенствования	<p>Сед углом. Стойка на лопатках. Кувырок вперед. Кувырок назад. Акробатические комбинации из разученных упражнений. ОРУ с предметами. Развитие гибкости. Техника опорного прыжка. Вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p>	<p>Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов); совершать вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	<p>Маты гимнастические Обруч гимнастический Скакалка гимнастическая Козел гимнастический</p>	Комплекс 2		
----	--	-------------------	---	---	--	---	---------	--	------------	--	--

44			<p>Совершенствования</p> <p>Сед углом. Стойка на лопатках. Кувырок вперед. Кувырок назад. Акробатические комбинации из разученных упражнений. ОРУ. Развитие гибкости. Техника опорного прыжка. Вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p>	<p>Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов); совершать вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Маты гимнастические Козел гимнастический	Комплексы 2		
----	--	--	---	---	--	---	---------	--	-------------	--	--

45			<p>Совершенствования</p> <p>Сед углом. Стойка на лопатках. Кувырок вперед. Кувырок назад. Акробатические комбинации из разученных упражнений. ОРУ. Развитие гибкости. Техника опорного прыжка. Вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p>	<p>Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов); совершать вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Маты гимнастические Козел гимнастический	Комплекс 2		
----	--	--	---	---	--	---	---------	--	------------	--	--

46			<p>Совершенствования</p> <p>Сед углом. Стойка на лопатках. Кувырок вперед. Кувырок назад. Акробатические комбинации из разученных упражнений. ОРУ. Развитие гибкости. Техника опорного прыжка. Вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p>	<p>Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов); совершать вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Маты гимнастические Козел гимнастический	Комплекс 2		
----	--	--	---	---	--	---	---------	--	------------	--	--

47			<p>Совершенствования</p> <p>Сед углом. Стойка на лопатках. Кувырок вперед. Кувырок назад. Акробатические комбинации из разученных упражнений. ОРУ. Развитие гибкости. Техника опорного прыжка. Вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p> <p>Правила безопасного поведения во время каникул. Правила безопасного поведения на транспорте.</p>	<p>Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов); совершать вскок в упор присев, соскок прогнувшись.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Маты гимнастические Козел гимнастический	Комплекс 2		
----	--	--	---	---	--	---	---------	--	------------	--	--

Кроссовая подготовка (18 часов)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

48	Бег по пересеченной местности	18	Комплексный	Бег (6 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Инструктаж по технике безопасности.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 6 мин); преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Комплекс 1		
----	-------------------------------	----	-------------	---	---	--	---	---------	------------	--	--

49		Совершенствования	<p>Бег (6 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания), причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека, его здоровье, в том числе здоровье детей.</p>	<p>Уметь: бегать в равномерном темпе (до 6 мин); преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 1		
----	--	-------------------	---	--	--	--	---------	--	------------	--	--

50		Комплексный	<p>Бег (7 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания), причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека, его здоровье, в том числе здоровье детей.</p>	<p>Уметь: бегать в равномерном темпе (до 7 мин); преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 1		
----	--	-------------	---	--	--	--	---------	--	------------	--	--

51		Комплексный	<p>Бег (7 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания), причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека, его здоровье, в том числе здоровье детей.</p>	<p>Уметь: бегать в равномерном темпе (до 7 мин); преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 1		
----	--	-------------	---	--	--	--	---------	--	------------	--	--

52		Комплексный	<p>Бег (8 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Основы профилактики вредных привычек средствами физической культуры и формирование индивидуального здорового стиля жизни.</p>	<p>Уметь: бегать в равномерном темпе (до 8 мин) преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 1		
----	--	-------------	---	---	--	--	---------	--	------------	--	--

53		Комплексный	<p>Равномерный бег (9 мин). Преодоление вертикальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Основы профилактики вредных привычек средствами физической культуры и формирование индивидуального здорового стиля жизни.</p>	<p>Уметь: бегать в равномерном темпе (до 9 мин) преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 1		
----	--	-------------	--	---	--	---	---------	--	------------	--	--

54		Комплексный	<p>Равномерный бег (10 мин). Преодоление вертикальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Приемы саморегуляции. Аутогенная тренировка. Психомышечная и психорегулирующая тренировки.</p>	<p>Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин) преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 1		
----	--	-------------	--	--	--	---	---------	--	------------	--	--

55		Комплексный	<p>Равномерный бег (11 мин). Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Приемы саморегуляции. Аутогенная тренировка. Психомышечная и психорегулирующая тренировки.</p>	<p>Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин) преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 1		
----	--	-------------	--	--	--	---	---------	--	------------	--	--

56	Совершенствования	<p>Равномерный бег (12 мин). Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Приемы саморегуляции. Аутогенная тренировка. Психомышечная и психорегулирующая тренировки.</p>	<p>Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин) преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 1		
----	-------------------	--	--	--	---	---------	--	------------	--	--

57		Учетный	Бег (1000 м) на результат. Опрос по теории.	Уметь: преодолевать дистанцию 1000 м	Смыслообразован ние – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределени е — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Д.: «5»- 7,15' «4»- 8,15' «3»- 9,15' М.: «5»- 6,10' «4»- 7,15' «3»- 8,15'		Компл екс 1		
----	--	---------	---	---	---	--	--	--	----------------	--	--

58		Совершенствования	<p>Равномерный бег (13 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля.</p>	<p>Уметь: Бегать в равномерном темпе (до 10 мин), преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 4		
----	--	-------------------	--	--	--	--	---------	--	------------	--	--

59		Совершенствования	<p>Равномерный бег (13 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля.</p>	<p>Уметь: Бегать в равномерном темпе (до 10 мин) преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 4		
----	--	-------------------	--	--	--	--	---------	--	------------	--	--

60		Совершенствования	<p>Равномерный бег (14 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля.</p>	<p>Уметь: Бегать в равномерном темпе (до 10 мин) преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 4		
----	--	-------------------	--	--	--	--	---------	--	------------	--	--

61		Совершенствования	<p>Равномерный бег (14 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля.</p>	<p>Уметь: Бегать в равномерном темпе (до 10 мин) преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 4		
----	--	-------------------	--	--	--	--	---------	--	------------	--	--

62		Совершенствования	<p>Равномерный бег (15 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Развитие выносливости.</p>	<p>Уметь: Бегать в равномерном темпе (до 15 мин) преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 4		
----	--	-------------------	---	--	--	--	---------	--	------------	--	--

63		Совершенствования	<p>Равномерный бег (15 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля.</p>	<p>Уметь: Бегать в равномерном темпе (до 15 мин) преодолевать препятствия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 4		
----	--	-------------------	---	--	--	--	---------	--	------------	--	--

64		Учетный	Бег (1500 м) на результат (б/а) Развитие выносливости. Промежуточный тестовый контроль (б' бег) Правила безопасного поведения во время каникул. Правила безопасного поведения на транспорте.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до 15 мин) преодолевать препятствия	Смыслообразовани е – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределени е — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Промежуточный тестовый контроль	Комплекс 4		
----	--	---------	--	---	--	--	---------------------------------	------------	--	--

Спортивные игры (24 часа)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

65	Волейбол	2 4	Комплексный	<p>Стойки и передвижения игроков. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. Прямой нападающий удар. Развитие координационных способностей. Инструктаж по технике безопасности.</p>	<p>Уметь: описывать технику изучаемых игровых приемов, демонстрировать технику изучаемых приемов, выявлять и устранять типичные ошибки.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	----------	--------	-------------	--	--	---	---	---------	---	------------	--	--

	Совершенствования	<p>Стойки и передвижения игроков. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. Прямой нападающий удар. Развитие координационных способностей. История волейбола.</p>	<p>Уметь: описывать технику изучаемых игровых приемов, демонстрировать технику изучаемых приемов, выявлять и устранять типичные ошибки.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
--	-------------------	---	--	--	---	---------	---	------------	--	--

68	Совершенствования	Стойки и передвижения игроков. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. Прямой нападающий удар. Развитие координационных способностей. История волейбола.	Уметь: описывать технику изучаемых игровых приемов, демонстрировать технику изучаемых приемов, выявлять и устранять типичные ошибки.	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------------	--	---	---	---	---------	---	------------	--	--

69	Совершенствования	Стойки и передвижения игроков. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. Прямой нападающий удар. Развитие координационных способностей. История волейбола.	Уметь: описывать технику изучаемых игровых приемов, демонстрировать технику изучаемых приемов, выявлять и устранять типичные ошибки.	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------------	--	---	---	---	---------	---	------------	--	--

70	Совершенствования	Стойки и передвижения игроков. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой и через сетку в парах. Прямой нападающий удар. Нижняя прямая подача. Развитие координационных способностей. Основные правила игры в волейбол.	Уметь: описывать технику изучаемых игровых приемов, демонстрировать технику изучаемых приемов, выявлять и устранять типичные ошибки.	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------------	---	---	---	---	---------	---	------------	--	--

71	Совершенствования	Стойки и передвижения игроков. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой и через сетку в парах. Прямой нападающий удар. Нижняя прямая подача. Развитие координационных способностей. Основные правила игры в волейбол.	Уметь: описывать технику изучаемых игровых приемов, демонстрировать технику изучаемых приемов, выявлять и устранять типичные ошибки.	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------------	---	---	---	---	---------	---	------------	--	--

72	Комплексный	<p>Стойки и передвижения игроков. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой и через сетку в парах. Прямой нападающий удар. Нижняя прямая подача. Развитие координационных способностей. Основные правила игры в волейбол.</p>	<p>Уметь: описывать технику изучаемых игровых приемов, демонстрировать технику изучаемых приемов, выявлять и устранять типичные ошибки.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------	--	--	--	---	---------	---	------------	--	--

73	Комплексный	<p>Стойки и передвижения игроков. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой и через сетку в парах. Прямой нападающий удар. Нижняя прямая подача. Развитие координационных способностей. Основные правила игры в волейбол.</p>	<p>Уметь: описывать технику изучаемых игровых приемов, демонстрировать технику изучаемых приемов, выявлять и устранять типичные ошибки.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------	--	--	--	---	---------	---	------------	--	--

74	Комплексный	<p>Стойки и передвижения игроков. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой и через сетку в парах. Прямой нападающий удар. Нижняя прямая подача. Развитие координационных способностей. Основные правила игры в волейбол.</p>	<p>Уметь: описывать технику изучаемых игровых приемов, демонстрировать технику изучаемых приемов, выявлять и устранять типичные ошибки.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	<p>Оценка техник и передачи мяча двумя руками сверху в парах</p>	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	<p>Комплекс 3</p>		
----	-------------	--	--	--	--	--	--	-------------------	--	--

75	Комплексный	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------	--	--	---	---	---------	---	------------	--	--

76	Комплексный	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------	--	--	---	---	---------	---	------------	--	--

77	Комплексный	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------	--	--	---	---	---------	---	------------	--	--

78	Совершенствования	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		
----	-------------------	---	---	--	--	---------	--	------------	--	--

79	Совершенствования	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------------	---	---	--	--	---------	---	------------	--	--

80	Совершенствования	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		
----	-------------------	---	---	--	---	---------	--	------------	--	--

81	Совершенствования	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		
----	-------------------	---	---	--	--	---------	--	------------	--	--

82	Комплексный	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	-------------	--	--	---	---	---------	---	------------	--	--

	Совершенствования	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
--	-------------------	--	--	---	---	---------	---	------------	--	--

84		Совершенствования	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
----	--	-------------------	---	---	--	---	---------	---	------------	--	--

85		Совершенствования	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		
----	--	-------------------	---	---	--	--	---------	--	------------	--	--

86		Совершенствования	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		
----	--	-------------------	---	---	--	---	---------	--	------------	--	--

87		Совершенствования	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		
----	--	-------------------	---	---	--	--	---------	--	------------	--	--

88		Совершенствования	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		
----	--	-------------------	---	---	--	--	---------	--	------------	--	--

89			<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра. Развитие выносливости. Эстафеты с мячом. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплексы 3		
----	--	--	---	---	--	--	---------	---	-------------	--	--

Легкая атлетика (13 часов)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контр оля	Учебно- практич еское оборудов ание	Д/з	Дат а план	Дат а фак тич еска я
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

90	Беговые упражнения	4	Вводный	Техника высокого старта (10-15 м), стартовый разгон, бег по дистанции (70-90 м). Бег с ускорением 30-40 м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. История легкой атлетики. Инструктаж по ТБ.	Уметь: пробегать дистанцию с максимальной скоростью с высокого старта (60 м)	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Комплекс 1
----	--------------------	---	---------	--	---	--	---	---------	------------

91		Комплексный	<p>Техника высокого старта (10-15 м), стартовый разгон, бег по дистанции (70-90 м). Бег с ускорением 30-40 м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Техника бега в равномерном темпе 10'</p> <p>История легкой атлетики.</p> <p><i>Итоговый тестовый контроль (бег 30 м)</i> Ценностные ориентации индивидуальной физкультурной деятельности.</p>	<p>Уметь: пробегать дистанцию с максимальной скоростью с высокого старта (60 м)</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p>	<p>Регулятивные: целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: общеучебные – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.</p> <p>Коммуникативные: планировать учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; сотрудничество – согласовывать усилия по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности</p>	Итоговый тестовый контроль	Секундометр	Комплекс 1		
----	--	-------------	--	--	---	---	----------------------------	-------------	------------	--	--

92		Комплексный	<p>Высокий старт (30 м), бег по дистанции (70-90 м). Финиширование . Скоростной бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Техника бега в равномерном темпе 10' <i>Итоговый тестовый контроль (челночный бег 3x10м)</i></p>	<p>Уметь: пробегать дистанцию с максимальной скоростью с высокого старта (60 м)</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование целостного образа мира при разнообразии культур, религий ; уважение истории и культуры разных народов.</p>	<p>Регулятивные: <i>целеполагание</i> — ставить учебную задачу; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. Коммуникативные: планировать учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; <i>сотрудничество</i> – согласовывать усилия по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности</p>	Итоговый тестовый контроль	Секундометр	Комплекс 1		
----	--	-------------	---	---	--	--	----------------------------	-------------	------------	--	--

93	Комплексный	<p>Высокий старт (30 м), бег по дистанции (70-90 м). Финиширование . Скоростной бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Техника бега в равномерном темпе 10'</p> <p><i>Итоговый тестовый контроль (6' бег)</i></p>	<p>Уметь: пробегать с максимальной скоростью с высокого старта (60 м).</p>	<p>Смыслообразование — формирование мотива, реализующего потребность в социально значимой и социально оцениваемой деятельности</p> <p>Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности и своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: <i>целеполагание</i> — ставить учебную задачу; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i> – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.</p> <p>Коммуникативные: планировать учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; <i>сотрудничество</i> – согласовывать усилия по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности</p>	Итоговый тестовый контроль	Секундометр	Комплекс 1		
----	-------------	---	--	--	--	----------------------------	-------------	------------	--	--

94	Метание малого мяча	4	Комплексный	Техника метания малого мяча в цель и на дальность. ОРУ с набивным мячом. Метание на дальность отскока от стены, в горизонтальную цель 1x1м с расстояния 6-8 метров. Правила соревнований по метанию.	Уметь: метать мяч в цель и на дальность.	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию;	Текущий	Теннисные мячи	Комплекс 1		
----	---------------------	---	-------------	--	--	--	--	---------	----------------	------------	--	--

95		Комплексный	<p>Техника метания малого мяча в цель и на дальность. ОРУ с набивным мячом. Метание на дальность отскока от стены, в горизонтальную цель 1х1м с расстояния 6-8 метров. Метание с 4-5 бросковых шагов. Правила соревнований по метанию.</p> <p><i>Итоговый тестовый контроль (Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики) на низкой перекладине из виса лежа (девочки))</i></p>	<p>Уметь: метать мяч в цель и на дальность.</p>	<p>Смыслообразование – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.</p> <p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p>	Итоговый тестовый контроль	Теннисные мячи Перекладина маты гимнастические	Комплекс 1		
----	--	-------------	---	--	---	---	----------------------------	--	------------	--	--

96		Комплексный	<p>Техника метания малого мяча в цель и на дальность. ОРУ с набивным мячом. Метание на дальность отскока от стены, в горизонтальную цель 1х1м с расстояния 6-8 метров. Метание с 4-5 бросковых шагов.</p> <p><i>Итоговый тестовый контроль (гибкость; наклон вперед из положения стоя)</i></p>	<p>Уметь: метать мяч в цель и на дальность с разбега</p>	<p>Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки;</p> <p>Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.</p>	Итоговый тестовый контроль	Теннисные мячи Рулетка измерительная	Комплекс 1	
----	--	-------------	--	---	---	--	----------------------------	---	------------	--

97		Учетный	Техника метания малого мяча в цель и на дальность. ОРУ с набивным мячом. Метание на дальность отскока от стены, в горизонтальную цель 1х1м с расстояния 6-8 метров. Метание с 4-5 бросковых шагов.	Уметь: метать мяч в цель и на дальность с разбега	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Д.: «5»-20м «4»-16м «3»-12м М.: «5»-25м «4»-19м «3»-16м	Теннисные мячи	Комплекс 1		
----	--	---------	--	---	--	---	--	----------------	------------	--	--

98	Прыжковые упражнения	6	Комплексный	Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Отталкивание. Челночный бег. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 7-9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: <i>планирование</i> – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию;	Текущий		Комплекс 1		
----	----------------------	---	-------------	--	--	--	---	---------	--	------------	--	--

99		Комплексный	<p>Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Отталкивание. Челночный бег. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств.</p> <p><i>Итоговый тестовый контроль (прыжок в длину с места)</i></p>	<p>Уметь: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 7-9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм.</p> <p>Смыслообразование – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.</p>	<p>Регулятивные: <i>планирование</i> – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные универсальные действия</i> – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p>	Итоговый тестовый контроль	Рулетка измерительная	Комплекс 1		
----	--	-------------	---	---	---	---	----------------------------	-----------------------	------------	--	--

100		Учетный	Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Отталкивание. Челночный бег. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 7-9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;	Техника прыжка в длину с разбега.	Комплекс 1		
-----	--	---------	--	--	--	---	-----------------------------------	------------	--	--

101		Комплексный	Техника прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств. Круговая тренировка.	Уметь: совершать прыжок в высоту после быстрого разбега с 7-9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;	Текущий	Стойки, планка для прыжков в высоту. Маты гимнастические.	Комплекс I
-----	--	-------------	---	---	--	--	---------	---	------------

102		Комплексный	<p>Техника прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств. Круговая тренировка. Правила безопасного поведения во время каникул. Правила безопасного поведения на воде. Правила безопасного поведения на транспорте.</p>	<p>Уметь: совершать прыжок в высоту после быстрого разбега с 7-9 беговых шагов, описывать технику выполнения прыжковых упражнений</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;</p>	Текущий	Стойки, планка для прыжков в высоту. Маты гимнастические.	Комплекс 1		
-----	--	-------------	--	--	--	---	---------	---	------------	--	--