


Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
Невонская школа

«Согласовано»


Руководитель МО

  
А.А.Аничкина

Протокол № 1 от  
«31» 08 2021 г.

«Согласовано»

Заместитель директора  
Невонской школы  
по УВР МКОУ

  
Т.С. Летунова  
«31» 08 2021 г.

«Утверждено»

Директор МКОУ  
Невонской школы

  
А.А.Аничкина  
Приказ № 1  
«31» 08 2021 г.  


## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА

Тодановой Елены Сергеевны

по учебному предмету «Физическая культура»

7 класс

Базовый уровень

2021 - 2022 учебный год

## Пояснительная записка

Программа по физической культуре для 6 класса разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);
- учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 7 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010);
- с авторской программой «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010):

### Цели и задачи реализации программы

Формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, — главная цель развития отечественной системы школьного образования. Как следствие, каждая образовательная область Базисного учебного плана ориентируется на достижение этой главной цели.

**Цель** школьного образования по физической культуре — 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. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс по физической культуре в основной школе строится так, чтобы были решены следующие **задачи**:

- 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.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая программа в своем предметном содержании **направлена на:**

- реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);

- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

- соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

- расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

### **Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре в 7 классе**

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Основы знаний по физической культуре	6
2.	Тема «Спортивные игры» (42 часа): «Баскетбол», «Волейбол»	24 18
3.	Гимнастика с основами акробатики	18

4.	Легкая атлетика	21
5.	Лыжная подготовка	15
	Итого	<b>102</b>

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета**

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

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

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

### **Личностные результаты освоения предмета физической культуры**

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

***Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.***

***В области познавательной культуры:***

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;

- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

***В области нравственной культуры:***

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

***В области трудовой культуры:***

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;

- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

***В области эстетической культуры:***

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;

- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

***В области коммуникативной культуры:***

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

### ***В области физической культуры:***

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

### **Метапредметные результаты освоения физической культуры**

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

### ***Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.***

#### ***В области познавательной культуры:***

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

#### ***В области нравственной культуры:***

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

***В области трудовой культуры:***

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

***В области эстетической культуры:***

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

***В области коммуникативной культуры:***

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

***В области физической культуры:***

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

### **Предметные результаты освоения физической культуры**

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

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

#### ***В области познавательной культуры:***

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

#### ***В области нравственной культуры:***

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

#### ***В области эстетической культуры:***

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;



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

**В области физической культуры:**

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

Учащиеся должны демонстрировать

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Скоростные	Бег 60м с высокого старта с опорой на руку, с.	10,0	10,6	10,8	10,4	10,8	11,2
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см.	200	165	145	190	155	135
Выносливость	Бег 2000 м, мин.	10,30			14,00		
Координационные	Челночный бег 3x10м, с	8,3	9,0	9,3	8,8	9,6	10,0
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	10	6	2	16	9	5

Силовые	Подтягивание, количество раз	7	4	1	20	11	4
---------	---------------------------------	---	---	---	----	----	---

### Формирование УУД

№	Раздел (содержание)	Учебные действия	Универсальные учебные действия
1	Спортивные игры	Совершенствовать навыки игровых умений; Понимание правил игры; Знать и применять правила безопасности при игровых ситуациях; Взаимодействовать с партнером и командой; Наблюдать за соблюдением правил игры; Формулировать высказывания своего мнения; Разрешать спорные игровые ситуации	<b>Личностные УУД</b> Ценностно- смысловая ориентация учащихся, - Действие смыслообразования, - Нравственно- этическое оценивание <b>Коммуникативные УУД</b> - Умение выражать свои мысли, - Разрешение конфликтов, постановка вопросов. - Управление поведением партнера: контроль,
2	Гимнастика с элементами Акробатики. (построения и перестроения	Уметь выполнять упражнения по образцу; Применять правила безопасности при выполнении упражнений; Выполнять перестроения в	

	, общеразвивающие упражнения с предметами и без них; лазание и акробатическое упражнения).	строю; Следить за самочувствием при физических нагрузках; Контролировать режимы нагрузки на организм. Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. Применять правила личной гигиены и требования к спортивной одежде	коррекция. - Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками. - Построение высказываний в соответствии с условиями коммуаации. <b>Регулятивные УУД</b> - Целеполагание, - волевая саморегуляция, коррекция, оценка качества и уровня усвоения. - Контроль в форме сличения с эталоном. - Планирование промежуточных целей с учетом результата. <b>Познавательные универсальные действия:</b> Общеучебные: - Умение структурировать
3	Легкоатлетические упражнения (бег, метание, прыжки).	Выполнять упражнения соответствующие возрасту; Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики; Наблюдать за правильностью выполнения упражнений; Выполнять требования правил безопасности при занятиях физической культурой; Применять правила личной гигиены и требования к спортивной одежде.	
4	Лыжная подготовка. (простейшие правила	Выполнять требования правил безопасности при занятиях физической культурой на лыжах;	

	<p>обращения с лыжным инвентарем, основные строевые приемы с лыжами).</p>	<p>Применять правила личной гигиены и требования к спортивной одежде для занятий на воздухе;  Передвигаться на лыжах скользящим шагом с палками и без них;  Владеть способами поворотов на лыжах;  Совершенствовать навыки взаим-помощи и взаимодействия с одноклассниками;  Применять простейшие правила обращения с лыжами;  Выполнять основные строевые приемы с лыжами.</p>	<p>знания,  - Выделение и формулирование учебной цели.  - Поиск и выделение необходимой информации  - Анализ объектов;  - Синтез, как составление целого из частей  - Классификация объектов</p>
--	---	---	--



Календарно-тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
<b>Легкая атлетика (11 часов)</b>								
1.	Техника безопасности во время занятий физической культурой Техника высокого старта	2.09		Ознакомление учеников с техникой безопасности во время занятий физической культурой, обучение технике высокого старта, стартового разгона	Высокий старт (15-30 м), стартовый разгон, бег по дистанции (40-50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты встречные. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Терминология спринтерского бега.	Изучают историю легкой атлетики. Рассказывают ТБ. Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Спринтерс	3.09		Повторение	Высокий старт	Выполняют	<b>Р:</b> целеполагание: формули	Смыслообразование

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	кий бег. Специальные беговые упражнения			тех-ники высокого старта. Бег по дистанции (40-50.м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов.	(15-30 м). Бег по дистанции (40-50.м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов.	бег с максимальной скоростью 30м.	рывать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	а-ние– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)
3	Бег 30м. Финиширование. Тестирование - бег 30м.	7.09		Повторение техники высокого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные,	Высокий старт (15-30 м). Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	<b>Р:</b> планирование: выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные –самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> инициативноесотрудничество – ставить вопросы,	Нравственно-этическая ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				передача палочки. Старты из различных положений. Проведение тестирования по бегу 30м	различных положений. Развитие скоростных качеств.		обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	
4.	Эстафетный бег (передача палочки). Бег (3 x10м).	9.09		Повторение техники высокого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из различных положений.	Высокий старт (15-30 м). Финиширование. Бег (3 x50м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
5.	Бег 60 м на результат. Специальные беговые упражнения	10.09		Учет результата по бегу на (60м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Бег на результат (60м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	<b>Р:</b> планирование применяют установленные правила в планировании способа решения задачи. <b>П:</b> общеучебные контролируют и оценивают процесс в ходе выполнения упражнений. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью.	Смыслообразование – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение
6.	Прыжок в длину способом «согнув	14.09		Ознакомление с техникой прыжка в длину с 7-9	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Подбор разбега,	Применяют прыжковые упражнения.	<b>Р:</b> контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его	Самоопределение – осознание ответственности за

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ноги» с 7-9 шагов разбега, отталкивание. Метание малого мяча.			шагов. Подбор разбега, отталкивание. Ознакомление с техникой метания мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 x 1) с 8-10 м, терминологией прыжков в длину	отталкивание. Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 x 1) с 8-10 м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология прыжков в длину.		результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <b>П:</b> общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
7.	Прыжок в длину с 7-9 шагов, приземление. Метание мяча на дальность.	16.09		Повторение техники прыжка в длину с 7-9 шагов. Подбор разбега, отталкивание. Повторение	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Приземление. Метание теннисного мяча на заданное рас-	Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают правила безопасности и при	<b>Р:</b> планирование – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозировать</i> – предвосхищать результат. <b>П:</b> общеучебные выбирать наиболее эффективные	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Тестирование – подтягивание.			техники метания мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 x 1) с 8-10 м, проведение тестирования по подтягиванию.	стояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология метания.	метании..	способы решения задач; Контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация – проявление доброжелательности
8.	Прыжок в длину с 7-9шагов. Метание мяча на дальность.	17.09		Повторение техники прыжка в длину с 7-9 шагов, метания теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-	Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	<b>Р:</b> контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование– предвосхищать результаты. <b>П:</b> общеучебные ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. <b>К:</b> взаимодействие форму	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях

№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				силовых качеств. Ознакомление с правилами соревнований по прыжкам.	Правила соревнований в прыжках.		ликовать собственное мнение, слушать собеседника; управление коммуникацией разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	
9.	Оценка техники выполнения прыжка в длину с разбега и метания мяча в цель.	21.09		Выполнение прыжка в длину с 7-9 шагов на результат. Совершенствование метания теннисного мяча на дальность. Ознакомление с правилами соревнований в метании.	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. Правила соревнований в метании.	Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
10	Бег на средние дистанции	23.09		Выполняют бег по дистанции. Подвижные	Бег по дистанции. Подвижные	Выбирают индивидуальный режим	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии	<i>Самоопределение</i> – осознание свое

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Тестирование – бег 1000 м			игры «Невод», «Круговая эстафета». Развитие выносливости. Проведение тестирования по бегу 1000 м	игры «Невод», «Круговая эстафета». Развитие выносливости.	физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений	с поставленной задачей и условиями ее реализации <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	й этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов
11	Бег 1000 м на результат.	24.09		Выполняют бег 1000 м на результат. Мальчики: 5.00; 5.30; 6.00. Девочки: 5.30; 6.00; 6.20.	Бег по дистанции. Подвижные игры «Невод», «Круговая эстафета». Развитие выносливости.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбрать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выход

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	вы из спорных ситуаций
<b>Знания о физической культуре</b>								
1 2	Основные показатели и физического развития человека.	28.09		Ознакомиться с основными показателями физического развития.	Физическое развитие человека. Основные показатели физического развития.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия,	<b>Р:</b> <i>целеполагание-преобразовывать</i> практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						подвижные игры и т.д.);		
<b>Спортивные игры. Баскетбол (8 часов)</b>								
13	ИОТ при проведении и занятий по баскетболу. Стойки и передвижения игроков. Правила игры в баскетбол.	30.09		Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу. Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке на месте. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Правила игры в баскетбол.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке на месте. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Правила игры в	Изучают историю баскетбола. Овладевают основными приемами игры в баскетбол. Соблюдают правила безопасности.	<b>Р:</b> планирование: выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <b>П:</b> общеучебные: узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Самоопределение – готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					баскетбол.			
14	Передача мяча двумя руками от груди в движении. Тестирование – прыжок в длину с места.	01.10		Повторение стойки и передвижений игрока, ведения мяча в средней стойке на месте, остановки двумя шагами, передачи мяча двумя руками от груди в движении,	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в средней стойке на месте. Остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> -использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению . <i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
15	Сочетание приемов	5.10		Совершенствовать сочетание	Сочетание приемов	Описывают технику	<b>Р:</b> <i>осуществление учебных действий</i> –	<i>Самоопределение</i> –



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ведения, передачи, броска. Тестирование – наклон вперед стоя.			приемов ведения, передачи, броска, правил игры в баскетбол. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол.	изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> – вносить необходимые изменения и дополнения. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность	готовность и способность к саморазвитию
16	Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча с изменением	7.10		Повторение стойки и передвижений игрока, остановки двумя шагами, передачи мяча двумя руками от груди в движении,	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно,	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовать практическую задачу в образовательную; <i>конт роль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	направления и высоты отскока.			сочетания приемов ведения, передачи, броска, правил игры в баскетбол. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	плеча на месте. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Правила игры в баскетбол.	выявляя и устраняя типичные ошибки. Освоить технику ведения мяча.	эффективные решения поставленной задачи. <b>К: взаимодействие</b> – формулировать собственное мнение и позицию	
17	Оценка техники ведения мяча с изменением направления и высоты отскока. Тестирование -	8.10		Повторение стоек и передвижений игрока, ведения мяча в средней стойке на месте, остановки двумя шагами, передачи мяча двумя рука-ми от груди в	Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Правила игры в баскетбол. Развитие координационных	Уметь выполнять различные варианты ведения мяча.	<i>Р: контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты. <i>П: обще учебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при	<i>Самоопределение</i> самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. <i>Смыслообразование</i> : самооценка на основе критериев

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	поднимание туловища за 30 сек.			движении, сочетания приемов, правил игры в баскетбол. Проведение тестирования по подниманию туловища	способностей.		решении проблем. <i>К: взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение, слушать собеседника; <i>управление коммуникацией</i> – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	успешности учебной деятельности
18	Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Игра в мини-баскетбол.	12.10		Повторение стоек и передвижений игрока, ведения мяча в средней стойке на месте, остановки двумя шагами, передачи мяча двумя руками от груди в движении, сочетания приемов ведения,	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в низкой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения задач. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> ставить вопросы и обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				передачи, броска, правил игры в баскетбол. Игра в мини-баскетбол.	мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.			
19	Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча.	14.10		Повторить стойки и передвижения игрока, ведение мяча с разной высотой отскока. Ознакомить с броском мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча, передачей мяча одной рукой от плеча в движении.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Игра (2 x 2).	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>К:</b> <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Передача	15.1		Повторить	Стойки и	Описывают	<b>Р:</b> <i>коррекция</i> – вносить	<i>Смыслообразов</i>

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
0	мяча двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивлением. Игра (2 х 2, 3 х 3).	0		стойки и передвижения игрока, ведение мяча с разной высотой отскока. Ознакомить с передачей мяча двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивлением, терминологией баскетбола. Играть (2 х 2, 3 х 3). Развитие координационных способностей.	передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивлением. Игра (2 х 2, 3 х 3). Терминология баскетбола.	технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – строить монологическое высказывание, вести устный диалог	<i>ание</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
<b>Знания о физической культуре</b>								
2 1	Осанка как	19.1 0		Составить характеристику	Основные характеристики	Овладение умениями	<b>Р:</b> <i>целесолагание-преобразовывать</i>	<i>Самоопределение</i> – осознание

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	показатель физического развития			основных средств формирования и профилактики нарушений осанки, правила составления комплексов упражнений.	и параметры осанки (положение головы и тела, форма спины и стопы); основные факторы, влияющие на форму осанки (дневная динамика, привыкание к соответствующей позе и положению тела, недостаточное развитие статической силы	организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры	практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	ответственность и за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
<b>Спортивные игры. Волейбол. (6 часов)</b>								
2 2	ИОТ при проведении и занятий	21.1 0		Ознакомить со стойками и передвижениям	Стойки и передвижения игроки.	Изучают историю волейбола.	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику	Организовывать совместные занятия

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	по волейболу . Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах.			и игроки, передачей мяча сверху двумя руками в парах и над собой, приемом мяча снизу двумя руками в парах, техникой безопасности по волейболу. Играть по упрощенным правилам.	Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам. Техника безопасности	Овладевают основными приемами игры в волейбол.	игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	волейболом со сверстниками. Определять уровень скоростно-силовой выносливости.
2 3	Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Нижняя прямая подача	22.1 0		Повторить стойки и передвижения игрока, передачи мяча сверху двумя руками в парах через зону и над собой, прием мяча снизу двумя	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через зону и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мяча.			руками в парах через зону. Ознакомить с нижней прямой подачей мяча.	через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча.		сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	ситуаций и находить выходы
2 4	Нижняя прямая подача мяча. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	26.1 0		Повторить стойки и передвижения игрока, передачи мяча сверху двумя руками в парах в зоне и через зону, над собой, прием мяча снизу двумя руками в парах через зону, нижнюю прямую подачу мяча.	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах в одной зоне и через зону, над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
2	Передача	28.1		Совершенство-	Стойки и	Осуществля	Р: оценка –устанавливать	Развитие



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
5	мяча сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку. Игра.	0		вать передачи мяча сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку, прием мяча снизу двумя руками в парах через зону и через сетку, нижнюю прямую подачу мяча. Провести эстафеты.	передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону и через сетку. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	ть судейство игры. Демонстрировать технику передачи мяча двумя руками сверху.	соответствие полученного результата поставленной цели. П: общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. К: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание	мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
26	Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через	29.10		Совершенствовать передачи мяча сверху двумя руками в парах, тройках через зону и в зоне, через сетку,	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах, тройках через зону и в зоне,	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола.	<b>Р:</b> коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. <b>П:</b> общеучебные – осознанно и произвольно строить	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность обучающихся с аморазвитию

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	зону. Игра.			прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону, нижнюю прямую подачу мяча. Провести эстафеты, игру по упрощенным правилам.	через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.		сообщения в устной форме. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения	
					<b>Гимнастика (18 часов)</b>			
27	ИОТ при проведении и занятий по гимнастике. Висы. Строевые упражнения	9.11		Разучить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте, ОРУ на месте без предметов, вис лежа, вис присев (д.).	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. ОРУ на месте без предметов. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.).	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Различают строевые команды, четко выполняют строевые	<b>Р:</b> целеполагание преобразовать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> общеучебные – осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в изменении ситуации поставленных задач

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					Эстафеты. Развитие силовых способностей.	приёмы.		
28	ИОТ при проведении и занятий по гимнастике. Висы. Строевые упражнения	9.11		Разучить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте, ОРУ на месте без предметов, вис лежа, вис присев (д.).	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. ОРУ на месте без предметов. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Эстафеты.	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	<b>Р:</b> <i>целесообразно</i> преобразовать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в изменении ситуации поставленных задач
29	Строевые упражнения Подъем переворотом в упор. Подтягива	10.11		Разучить подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.) Повторить строевой шаг,	Развитие силовых способностей.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать	<i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика»

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ние.			размыкание и смыкание на месте, ОРУ на месте без предметов			и решать проблемы. <b>К: взаимодействие</b> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	
30	Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). ОРУ с гимнастической палкой.	13.11		Повторить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте, подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). Провести эстафеты, ОРУ с гимнастической палкой.	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Эстафеты. ОРУ с гимнастической палкой. Развитие силовых способностей.	Различают строевые команды, четко выполняют строевые приемы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	<b>Р: контроль и самоконтроль</b> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>П: общеучебные</b> – ставить, формулировать и решать проблемы. <b>К: взаимодействие</b> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика»
31	Подъем переворотом в упор. Развитие	16.11		Повторить строевой шаг, размыкание и смыкание на	Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис	Различают строевые команды, четко	<b>Р: контроль и самоконтроль</b> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль	Формирование установки на безопасный, здоровый образ

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	СИЛОВЫХ способностей.			мес-те, подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). Провести эстафеты, ОРУ с гимнастической палкой.	лежа. Вис присев (д.). Эстафеты.	выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	по результату. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	жизни
3 2	Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Эстафеты.	17.1 1		Повторить подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). Провести эстафеты	Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Подъем переворотом в упор. Эстафеты.	Повторяют сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.	
33	Оценка техники выполнения упражнений. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в висе.	20.11		Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход. Оценка техники выполнения упражнений. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.).	Выполнение на технику. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в висе. Развитие силовых способностей.	Уметь демонстрировать технику выполнения упражнений. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в висе.	Р. - волевая саморегуляция, коррекция, оценка качества и уровня усвоения, контроль в форме сличения с эталоном. П. - умение структурировать знания, К. - планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
3	Разучить:	23.1		Разучить:	Разучить:	Выполнять	Р. - овладение	Развитие

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
4	прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см).	1		прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см).ОРУ в движении.	прыжок ноги врозь ( <i>козел в ширину, высота 100-110 см</i> ). ОРУ в движении. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. ОРУ без предметов. Развитие скоростно-силовых способностей.	комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;	способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
3 5	Прыжок ноги	24.1 1		Повторить прыжок ноги	Прыжок ноги врозь ( <i>козел в</i>	Расширение двигательного	Р. - формирование умения планировать,	Формирование установки на

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	врозь. Строевые упражнения			врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). Провести эстафеты, упражнения на гимнастической скамейке.	<i>ширину, высота 100-110 см).</i> ОРУ в движении. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. ОРУ без предметов.	го опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
36	Выполнение комплекса упражнений с обручем. Упражнения	27.11		Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнения на	Прыжок ноги врозь ( <i>козел в ширину, высота 100-110 см).</i> ОРУ с обручем. Эстафеты. Уп-	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ия на гимнастической скамейке.			гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	ражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	льность (режим дня, утренняя зарядка)	предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	- развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
3 7	Прыжок ноги врозь. Эстафеты.	30.1 1		Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнений на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	Прыжок ноги врозь ( <i>козел в ширину, высота 100-110 см</i> ). ОРУ в движении. Эстафеты. Выполнение комплекса упражнений с обручем. Упражнения на гимнастической скамейке.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функционал	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						ьных возмож- ностей основ-ных систем организма.	формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	
3 8	Упражнения на гимнастической скамейке. Строевые упражнения	1.12		Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнений на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	Прыжок ноги врозь ( <i>козел в ширину, высота 100-110 см</i> ). ОРУ с обручем. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренней зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
3	Выполнен	4.12		Оценить	Выполнение	Уметь	Р. - формирование умения	Формирование

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
9	ие прыжка ноги врозь (на оценку).			выполнение техники прыжка ноги врозь Выполнение комплекса ОРУ с обручем.	прыжка ноги врозь Выполнение комплекса ОРУ с обручем.	демонстрировать выполнение прыжка ноги врозь, выполнение комплекса ОРУ с обручем.	планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
<b>Акробатика. Лазание. (6 часов).</b>								
40	Акробатика. Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Два	7.12		Повторить кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Составление комбинации. Два кувырка	Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках - выполнение комбинации. Два кувырка вперед слитно.	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	кувырка вперед слитно.			вперед слитно. ОРУ с мячом.	ОРУ с мячом. Развитие координационных способностей.	комбинации из числа разученных упражнений .	межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
4 1	Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью) . Лазание по канату в три приема.	8.12		Совершенствовать два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей.	Совершенствовать два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей.	Описывают технику акробатических упражнений . Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение	Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							окружающих	
4 2	Лазание по канату в два приема. Игра «Не дай обручу упасть».	11.1 2		Обучение лазанию по канату в два приема. Развитие координационных способностей.	Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.
4 3	Комбинация из разученных	14.1 2		Научиться составлять комбинацию из разученных	Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с	Формирование умений выполнять комплексы	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	приемов. ОРУ с мячом.			приемов. Комбинация ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей.	<i>помощью</i> ). Комбинация из разученных приемов. Комбинация ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей.	общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих их индивидуальные способности и особенности, состояния здоровья	действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
44	Совершенствование комбинации из разученных элементов	15.12		Выполнение комбинации из разученных элементов. Выполнение комбинации ОРУ с мячом. Лазание по	Выполнение комбинации из разученных элементов. Выполнение комбинации ОРУ с мячом. Лазание по	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				канату в два приема.	канату в два приема.	корректирую-щихупражнений	предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	
4 5	Оценка техники выполнения кувырков. Лазание по канату.	18.1 2		Научиться выполнять два кувырка вперед слитно. ОРУ с предметом. Лазание по канату в три приема на расстояние.	Выполнение двух кувырков вперед слитно. ОРУ с предметом. Лазание по канату в три приема на расстояние.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						основных систем организма.	собственное поведение.	
<b>Баскетбол (3 часа)</b>								
4 6	Баскетбол. Передача мяча одной рукой в парах на месте и в движении. Игра (2 х 2, 3 х 3).	21.1 2		Научиться выполнять передач мяча одной рукой в парах на месте и в движении. Игра (2 х 2, 3 х 3). Развитие координационных способностей.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой в парах на месте и в движении. Игра (2 х 2, 3 х 3). Развитие координационных способностей.	Овладение основами технически х действий, приёмами и физическим и упражнения ми из базовых видов спорта, умением использовать их в игровой деятельности и	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.-овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
4 7	Бросок мяча одной	22.1 2		Научиться выполнять бросок мяча	Стойки и передвижения игрока.	Овладение основами технически	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной	Формирование эстетических потребностей,



№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	рукой от плеча в движении после ловли мяча. Игра (2 х 2, 3 х 3).			одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Выполнить игру Игра (2 х 2, 3 х 3).	Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Игра (2 х 2, 3 х 3).	х действий, приёмами и физическим и упражнениями из базовых видов спорта,	деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	ценностей и чувств
4 8	Оценка техники броска мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Игра (2 х	25.1 2		Оценка техники броска мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Игра (2 х 2, 3 х 3).	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча одной	Овладение основами техникой действий, приёмами и физическим и упражнениями из базовых видов спорта,	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	2, 3 х 3).				рукой в парах на месте и в движении. Игра (2 х 2, 3 х 3).	умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
<b>Знания о физической культуре</b>								
49	Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями. ИОТ при проведении и занятий по лыжной подготовк	28.12		Ознакомьтесь с правилами поведения на уроках лыжной подготовки, правилами соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями	Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями (соблюдение чистоты тела и одежды). ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке.	Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, что-бы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правиласоблюдения личной гигиены во время и	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	е.					после занятий		
<b>Лыжная подготовка (15 часов). Классические ходы. Спуски и подъемы.</b>								
50	Попеременный-двухшажный ход. Повороты в движении.	29.12		Повторить повороты в движении. Попеременный двухшажный ход. Пройти дистанцию 2 км - с равномерной скоростью.	Повороты в движении. Попеременный двухшажный ход. Пройти дистанцию 2 км - с равномерной скоростью.	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
51	Повороты переступанием в движении.	11.01		Оценка техники выполнения попеременного	Попеременный двухшажный ход. Пройти дистанцию 2	Расширение двигательного опыта за счет	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и	Развитие самостоятельности и личной ответственности

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Оценка техники выполнения попеременного двушажного хода.			двушажного хода. Повторить повороты в движении. Пройти дистанцию 2 км (переменно 1км со средней + 1км равномерно.)	км (переменно 1км со средней + 1км равномерно.) Развитие скоростной выносливости.	упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма.	способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
5 2	Одновременный бесшажный ходы.	12.0 1		Разучить технику одновременного одношажного и бесшажного ходов. Развитие скоростной выносливости.	Техника одновременного одношажного и бесшажного ходов. Развитие скоростной выносливости.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						качеств, повышение функциональных возможностей организма	отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
53	Одновременный двушажный ход.	15.01		Разучить технику одновременного одношажного хода и одновременного двушажного хода. Дистанцию 2 км	Техника одновременного одношажного хода и одновременного двушажного хода. Дистанцию 2 км.	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.-овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
54	Оценка выполнения техники одновременно	18.01		Оценка выполнения техники одновременных ходов на	Повороты переступанием в движении. Одновременный одношажный	Уметь демонстрировать технику одновремен	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	нных ходов на учебном кругу.			учебном кругу. Повторить повороты переступанием в движении.	и бесшажный ходы.	-ных ходов на учебном кругу.	поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
55	Спуски и подъемы на склонах. Подъем «елочкой» .	19.01		Разучить спуски и подъемы в средней стойке, подъем «елочкой». Повторить повороты переступанием в движении.	Спуски и подъемы в средней стойке. Подъем «елочкой». Повороты переступанием в движении.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений , ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать,	Развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						функциональных возможностей организма	аргументировать и отстаивать своё мнение	
5 6	Дистанция 1 км на результат. Спуски и подъемы. Подъем «елочкой».	22.0 1		Пройти дистанцию 1 км на результат. Повторить спуски и подъемы, подъем «елочкой».	Спуски и подъемы. Подъем «елочкой». Развитие скоростной выносливости.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
5 7	Торможение и	25.0 1		Разучить торможение и	Торможение и поворот	Расширение двигательного	Р.-определять наиболее эффективные способы	Развитие самостоятельно

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	поворот упором.			поворот упором, технику скользящего шага в гору.	упором. Техника скользящего шага в гору. Прохождение дистанции 2 км со средней скоростью.	го опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	сти и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
58	Спуски и подъемы. Торможение и поворот упором.	26.01		Повторить спуски и подъемы, торможение и поворот упором.	Торможение и поворот упором. Техники скользящего шага в гору. Подъем «елочкой».	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						бно.	достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	выходы из спорных ситуаций
59	Совершенствовать технику спусков и подъемов на склонах.	29.01		Совершенствовать технику спусков и подъемов на склонах.Повторить торможение и поворот упором.	Спуски и подъемы. Торможение и поворот упором.	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
60	Прохождение	1.02		Прохождение дистанции 2 км	Прохождение дистанции 2 км	Формирование навыка	Р. - овладение способностью принимать и	Развитие мотивов

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	дистанции 2 км на результат.			на время. Развитие скоростной выносливости.	на время. Развитие скоростной выносливости.	систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
61	Развитие скоростной выносливости: повторные отрезки	2.02		Развитие скоростной выносливости: повторные отрезки 2-3 раза x 300 м. Повторить	Спуски и подъемы. Торможение и поворот упором.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	2-3 раза х 300 м.			спуски и подъемы, торможение и поворот упором.		состоянием, величиной физических нагрузок	средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
6 2	Лыжная эстафета. Развитие скоростной выносливости.	5.02		Пройти дистанцию 3 км со средней скоростью. Развитие скоростной выносливости. Провести лыжную эстафету	Дистанция 3 км со средней скоростью. Развитие скоростной выносливости.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
<b>Знания о физической культуре</b>								
6 3	Самонаблюдение за	8.02		Дать рекомендации	Самонаблюдение. Ведение	Овладение умениями	Р. - овладение способностью принимать и	Развитие мотивов

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	динамикой индивидуального физического развития.			по ведению дневника самонаблюдения за динамикой индивидуального физического развития по показателям длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанке, форме стопы.	дневника самонаблюдения за динамикой индивидуального физического развития по показателям длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанке, форме стопы.	организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренней зарядки, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);	сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
<b>Коньковый ход (2 часа)</b>								
64	Обучение технике конькового хода (свободный стиль.)	9.02		Обучение технике конькового хода (свободный стиль.) Развитие скоростной	Техника конькового хода (свободный стиль.) Развитие скоростной выносливости –	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				выносливости – 2-3 раза по 500 м	2-3 раза по 500 м.	разви-тие основных физических качеств, повышение функциональн-х возможностей организма	предметными и межпредметными понятиями, отражаю-щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро-вать и отстаивать своё мнение	о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
65	Совершенствование техники конькового хода. Сдача текущих задолженностей.	12.02		Совершенствование техники конькового хода. Сдача текущих задолженностей	Коньковый ход. Дистанция 3 км со средней скоростью. Развитие скоростной выносливости.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на разви-тие основных физических качеств	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали-зации; П.- определять наиболее эффективные способы достиже-ния результата; К.-осуществ-лять взаимный контроль в совместной деятельности, адекват-но оценивать	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							собственное поведение и поведение окружающих	
<b>Знания о физической культуре</b>								
66	Самоконтроль. Измерение частоты сердечных сокращений во время занятий физическими упражнениями.	15.02		Ознакомиться с видами самоконтроля, измерением частоты сердечных сокращений во время занятий физическими упражнениями.	Самоконтроль. Измерение частоты сердечных сокращений во время занятий физическими упражнениями.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренней зарядка, оздоровительные мероприятия)	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
<b>Волейбол (6часов)</b>								
67	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками	16.02		Разучить прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя	Изучают историю волейбола. Овладевают основными	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение	Развитие этических качеств, доброжелательности и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	руками в парах в зоне и через зону.			зону. Повторить стойки и передвижения игрока, передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку.	руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча.	приемами игры в волейбол.	окружающих; П.- владение основами самоконт-роля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов	эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
68	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером	19.02		Разучить прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	
69	Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в парах. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону.	22.02		Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в парах. Совершенствовать нижнюю прямую подачу мяча в заданную зону.	<i>Оценка</i> техники передачи мяча сверху двумя руками в парах. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
70	Прием мяча снизу	26.02		Совершенствовать прием мяча снизу	Стойки и передвижения игрока.	Овладение основами технических	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.-	Развитие самостоятельности и личной



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	двумя рукам после подачи. Игра по упрощенным правилам.			двумя рукам после подачи. Игра по упрощенным правилам	Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя рукам после подачи. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону.	х действий, приёмами и физическим и упражнениями из базовых видов спорта	овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	ответственность и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
7 1	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером . Игра по упрощенным правилам.	1.03		Совершенствовать прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности,	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	
7 2	Оценка техники приема мяча снизу двумя руками в парах. Позиционное нападение (6-0).	2.03		Оценка техники приема мяча снизу двумя руками в парах. Разучить позиционное нападение (6-0).	Прием мяча снизу двумя руками в парах. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Позиционное нападение (6-0).	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
<b>Баскетбол (6часов).</b>								
7 3	Бросок мяча одной	5.03		Повторить бросок мяча одной рукой от	Стойки и передвижения игрока.	Взаимодействуют со сверстника	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной	Развитие самостоятельности и личной

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	рукой от плеча в движении после ведения мяча.			плеча в движении после ведения мяча	Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча.	ми в процессе освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	ответственность и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
7 4	Передача мяча двумя руками от головы в парах. Игра (2 х 2, 3 х 3).	9.03		Совершенствовать передачу мяча двумя руками от головы в парах. Игра (2 х 2, 3 х 3).	Передача мяча двумя руками от головы в парах. Игра (2 х 2, 3 х 3). Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						типичные ошибки.	объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	
7 5	Сочетание приемов ведения, остановки, броска. Игра (2 х 2. 3 х 1).	12.0 3		Совершенствовать сочетание приемов ведения, остановки, броска. Игра (2 х 2. 3 х 1).	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Сочетание приемов ведения, остановки, броска. Игра (2 х 2. 3 х 1). Развитие координационных способностей.	Овладение основами технически действий, приёмами и физическим и упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
7 6	Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки	15.0 3		Совершенствовать перехват мяча, бросок одной рукой от плеча после остановки.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча правой (левой) рукой. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
7 7	Передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении.	16.0 3		Совершенствовать передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении.	Передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении. Позиционное нападение (5:0). Развитие координационн	Овладение основами технических действий, приёмами и физическим и упражнениями из	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконт-роля, самооценки, принятия	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					ых способностей.	базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности;	решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	сопереживания чувствам других людей
7 8	Ведение мяча правой (левой)рукой. Перехват мяча.	19.0 3		Совершенствовать ведение мяча правой (левой)рукой, перехват мяча.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча правой (левой) рукой. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки.	Овладение основами технически х действий, приёмами и физическим и упражнения ми из базовых видов спорта, умением использовать	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать,	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						их игровой и соревновательной деятельности	аргументировать и отстаивать своё мнение	
<b>Волейбол (6 часов).</b>								
7 9	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером . Тактика свободного нападения .	29.0 3		Разучить прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером, тактику свободного нападения. Провести игру по упрощенным правилам.	Стойки и передвижения игрока. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений , ориентированных на развитие основных физических качеств	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
8	Комбина-	30.0		Освоить	Комбинации из	Овладение	Р.-определять наиболее	Развитие

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
0	ции из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча.	3		комбинации из разученных элементов в парах. Повторить нижнюю прямую подачу мяча.	разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками в парах и после подачи. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	основами технически х действий, приёмами и физическим и упражнения ми из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельностью	эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	самостоятельно сти и личной ответственност и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
81	Прием мяча снизу двумя	2.04		Совершенствовать прием мяча снизу двумя руками в	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя	Описывают технику изучаемых игровых	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	руками после подачи. Эстафеты.			парах и после подачи. Провести эстафеты, игру по упрощенным правилам.	руками в парах и после подачи. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
8 2	Оценка техники нижней прямой подачи мяча. Игра по упрощенным правилам.	5.04		Оценка техники нижней прямой подачи мяча. Провести игру по упрощенным правилам.	Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. -	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					правилам.	ошибки.	готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	
83	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещений в стойке, остановки, ускорения). Игра по упрощенным правилам.	6.04		Освоить комбинации из разученных элементов передвижений (перемещений в стойке, остановки, ускорения). Провести игру по упрощенным правилам.	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещений в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах и через сетку. Прием мяча снизу после подачи.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
84	Передача мяча сверху	9.04		Совершенствовать передачи мяча сверху	Нижняя прямая подача мяча. Прямой	Овладение основами технически	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи	Развитие мотивов учебной

№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	двумя руками в парах и через сетку. Игра.			двумя руками в парах и через сетку. Провести игру по упрощенным правилам.	нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	х действий, приёмами и физическим и упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	деятельности и формирование личностного смысла учения
<b>Баскетбол (7 часов)</b>								
85	Позиционное	12.04		Совершенствовать ведение	Стойки и передвижения	Овладение основами	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать	Смыслообразование–

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	нападение (5:0).			мяча правой (левой) рукой, перехват мяча, бросок одной рукой от плеча после остановки. Разучить позиционное нападение (5:0).	игрока. Ведение мяча правой (левой) рукой. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении. Позиционное нападение (5:0).	технически х действий, приёмами и физическим и упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности и	учебную задачу; планирование –выби-рать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные: использо- вать общие приемы решени- я постав-ленных задач; определять и кратко характеризовать физи- ческую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сот- рудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	адекватная мотивация учеб- ной деятель- ности. Нравственно- этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выход- ы из спорных ситуаций
8 6	Ведение мяча с пассивным сопротивл	13.0 4		Совершенствов- вать ведение мяча с пассивным сопротивлением	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным	Описывают технику изучаемых игровых приемов и	<b>Р:</b> целеполагание: формули- ровать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: ис- пользовать общие приемы	Смыслообразов- ание– адекватная мотивация учеб- ной

№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ением защитника			м защитника.	сопротивление м защитника. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки.	действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	деятельности (социальная, внешняя)
8 7	Оценка техники броска одной рукой от плеча после остановки. Тестирование - поднимание туловища.	16.0 4		Оценка техники броска одной рукой от плеча после остановки. Провести тестирование - поднимание туловища.	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки.	Овладение основами технически действий, приёмами и физическим и упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						и соревновательной деятельности	поведение окружающих	
88	Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Тестирование – прыжок в длину с места.	19.04		Совершенствовать передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Провести тестирование - прыжок в длину с места.	Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Позиционное нападение через заслон. Развитие координационных способностей.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
89	Позиционное	20.04		Разучить позиционное	Стойки и передвижения	Овладение основами	Р.-формирование умения понимать причины	Развитие самостоятельно

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	нападение через заслон. Тестирование – подтягивание.			нападение через заслон. Провести и тестирование - подтягивание.	игрока. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Позиционное нападение через заслон. Развитие координационных способностей.	технически х действий, приёмами и физическим и упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К. - умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	сти и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
90	Оценка техники передачи мяча в тройках в движении	23.04		Оценка техники передачи мяча в тройках в движении со сменой места.	Стойки и передвижения игрока. Передачи мяча в тройках в движении со	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий,	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	со сменой места.				сменой места. Развитие координационных способностей.	осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	смысла учения
91	Нападение быстрым прорывом (2 х 1). Тестирование – наклон вперед, стоя	26.04		Разучить нападение быстрым прорывом (2 х 1). Провести тестирование - наклон вперед, стоя	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Бросок двумя руками от головы после остановки. Нападение быстрым прорывом (2 х 1).	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением ис-	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выход



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						пользоваться их игровой и соревновательной деятельностью и	как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	ы из спорных ситуаций
<b>Знания о физической культуре</b>								
9 2	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы упражнений	27.04		Научиться составлять и выполнять комплексы упражнений для развития гибкости и координации движений	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы упражнений для развития гибкости и координации движений	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
<b>Легкая атлетика (10 часов). Спринтерский бег. Эстафетный бег. (5 часов).</b>								
93	ИОТ при проведении и занятий по легкой атлетике. Высокий старт (15-30 м).	30.04		Повторение тех-ники высокого старта. Бег по дистанции (40-50.м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов.	Высокий старт (15-30 м).Стартовый разгон, бег по дистанции (40-50 м).Специальные беговые упражнения. ОРУ. Встречные эстафеты. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Определение результатов в спринтерском беге.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базо-выми предметными и межпредметными понятиями, отражаю-щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро-вать и отстаивать своё мнение	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
94	Бег по дистанции	4.05		Повторение техники	Высокий старт (15-30 м). Бег	Выполняют бег с	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать	Смыслообразов а-ние–

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	(40-50 м). Специальные беговые упражнения			высокого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из различных положений.	по дистанции (40-50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Встречные эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений.	максимальной скоростью 40-50м.	учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
95	Высокий старт (15-30 м). Финиширование. Тестирование	7.05		Повторение техники высокого старта. Финиширование.	Высокий старт (15-30 м). Финиширование. Специальные беговые упражнения.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ние - бег 30м.			Специ-альные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линей-ные, передача палочки. Старты из различных положений. Проведение тестирования по бегу 30м	ОРУ. Линейная эстафета.		задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	(социальная, внешняя)
9 6	Бег по дистанции (50 -60 м).Финиширование.	11.0 5		Повторение техники высокого старта. Финиширование. Специ-альные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линей-ные, передача	Высокий старт (15-30 м). Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Линейная эстафета. Старты из различных положений. Развитие	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали-зации; П.- определять наиболее эффективные способы достиже-ния результата; К.-осуществ-лять взаимный контроль в сов-	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				палочки. Старты из различных положений.	скоростных качеств.		местной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	
9 7	Бег (60м)на результат. Эстафеты.	14.0 5		Учет результата по бегу на (60м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Бег (60м) на результат. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
Прыжок в высоту. Метание малого мяча. (5 часов).								
9 8	Прыжок в высоту с	17.0 5		Совершенствовать технику	Прыжок в высоту с 7-9	Расширение двигательно	Р: <i>целенаправленно</i> преобразовывать	<i>Самоопределение</i> – осознание

№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега и отталкивание. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на заданное расстояние. Тестирование – бег (1000м).			прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега и отталкивание. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на заданное расстояние. ОРУ. Повторить правила соревнований по прыжкам в высоту. Провести тестирование – бег (1000м).	шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега и отталкивание. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на заданное расстояние. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований по прыжкам в высоту.	го опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	ответственность и за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
99	Метание теннисного	18.05		Совершенствовать метание	Прыжок в высоту с 7-9	Расширение двигательного	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия	<i>Самоопределение</i> –

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	о мяча с 3-5 шагов на дальность. Прыжок в высоту.			теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Повторить правила соревнований в метании мяча.	шагов разбега способом «перешагивание». Переход через планку. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метании мяча.	го опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов
100	Оценктехники метания	21.05		Оценктехники метания теннисного	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега	Расширение двигательного опыта за	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную	<i>Смыслообразование</i> – адекватная

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность.			мяча с 3-5 шагов на дальность. Совершенствовать технику прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание».	способом «перешагивание». Приземление. Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	задачу; <i>планирование</i> – выбрать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
101	Оценка техники прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега	24.05		Оценка техники прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега способом	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Метание	Расширение двигательного опыта за счет упражнений,	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность след



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	способом «перешагивание».			«перешагивание». Совершенствовать метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность.	теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	о-вать нормам здоровье сберегающего поведения
102	Соревнования по легкой атлетике.	25.05		Провести соревнования по легкой атлетике.	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». Метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	Пла н	Фак т	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметны е	Метапредметные УУД	Личностные
					ОРУ. Специ- альные беговые упражнения. Развитие скоростно- силовых качеств.	физических качеств, повышение функционал ьных возможност ей основных систем организма	существенные связи и отно-шения между объектами и про-цессами. К. - осуществлять вза- имный контроль в совместной деятельности	

## Перечень учебно-методического обеспечения

### Учебно-методический комплект

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

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

### Учебник:

**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» 2010.

### Пособие для учащихся:

Л. Е. Любомирский, В. И. Лях, Г. Б. Мейксон "Физическая культура". Учебник для учащихся 5-7 классов.

### Пособия для учителя:

- Жилкин А. И. и др. Легкая атлетика: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003.
- Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы. Универсальное издание. – М.: ВАКО, 2005. – (В помощь школьному учителю).
- Настольная книга учителя физической культуры :: справ.- метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. - М.: ООО «Изд-во АСТ»: 2003.
- Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры /под ред. Э. Найминова. – М., 2001.
- Макаров А.Н. Лёгкая атлетика. – М., 1990.
- Практикум по лёгкой атлетике /под ред. И.В. Лазарева, В.С. Кузнецова, Г.А. Орлова. – М., 1999.
- Лёгкая атлетика в школе /под ред. Г.К. Холодова, В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого. – М., 1998.
- Спортивные игры на уроках физкультуры /ред. О. Листов. – М.,2001.
- Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. -, 2003.

- Журнал « Спорт в школе»
- Журнал «Физическая культура в школе».
- Урок в современной школе /ред. Г.А. Баландин, Н.Н. Назаров, Т.Н. Казаков. – М., 2004.

#### Нормативные документы:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. от 21.04.2011 г.);
- Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 г. № 751;
- базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации. Приказ МО РФ от 09.03.2004 г. № 1312 (ред. от 30.08.2010 г.);
- Обязательный минимум содержания начального образования. Приказ МО РФ от 19.05.1998 г. № 1235;
- Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года. Распоряжение правительства РФ от 07.08.2009 г. № 1101-р;
- О проведении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010 г. № 06-499;

#### Сайты

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

<http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

<http://www.sportreferats.narod.ru/> Рефераты на спортивную тематику.

<http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.

<http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры

<http://www.infosport.ru/press/szg/1999N5/index.htm> - Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.

<http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»

### **Материально-техническое обеспечение**

#### ***Учебно-методическое обеспечение:***

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

#### ***Технические средства:***

- аудиоцентр

#### ***Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:***

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

- аптечка медицинская.