

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение - основная общеобразовательная школа имени Н.И.Сулимова с. Сухотского Моздокского района Республики Северная Осетия – Алания 363714,
PCO - Алания, Моздокский район; с. Сухотское, ул.Новая № 35 тел/факс 56-6-27
ИНН 1511101273/ КПП 151001001; ОГРН 1021500921001 ; ОКТМО 90630460 ; ОКПО 71003261



УТВЕРЖДЕНО
ДИРЕКТОР

Ф.З.ТАЖЕДУТ

ПРИКАЗ № 16

от "01" 09.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет - Физическая культура
Класс - 7,8,9
Образовательная область - Физическая культура и основы безопасности и жизнедеятельности.
МО - Физическая культура
Учебный год - 2023-2024
Срок реализации программы - 1 год
Учитель - Мотлях Людмила Федоровна.

с. Сухотское

2023г.

НОРМАТИВНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

№	Нормативные документы
1.	.Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования
2.	Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3.	Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
4.	Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденных главным государственным санитарным врачом Российской Федерации от 27 октября 2020 г. N 32;
5.	Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ ООШ с.Сухотского
6.	Примерная образовательная программа основного общего образования, авторская программа В.И.Лях, А.А.Зданевич «Физическое воспитание».
7.	Учебный план МБОУООШ с.Сухотского на 2023-2024 учебный год

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

№	Авторы	Название	Год издания	Издательство
1	А.П.Матвеев	"Физическая культура" 7 кл	2011	Москва "Просвещение"
2	И Лях, А. А. Зданевич.	«Физическая культура» 8-9 кл	2006	Москва «Просвящение»

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА, КУРСА (ФГОС)

Личностные	<u>Личностные УУД:</u> -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.
Метапредметные	<u>Регулятивные УУД:</u> • действия обеспечивают возможность управления деятельностью посредством постановки целей, планирования, контроля, коррекции своих действий, оценки успешности усвоения: • - целеполагание как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно; • - планирование – определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий; • - прогнозирование - предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик; • - контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; • - коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата с учётом оценки этого результата самим обучающимся, учителем, товарищами; • - оценка – выделение и осознание обучающимся того, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; оценка результатов работы.
	<u>Познавательные УУД:</u> действия включают: общеучебные, логические учебные действия, а также постановку и решение проблемы. Общеучебные универсальные действия: - самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели; - поиск и выделение необходимой информации, в том числе решение рабочих задач с использованием общедоступных школе инструментов ИКТ и источников информации; - структурирование знаний; - осознанное и произвольное построение речевого высказывания в

	устной и письменной форме; - выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; - рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности; - смысловое чтение как осмысление цели чтения и выбор вида чтения в зависимости от цели; извлечение необходимой информации из прослушанных текстов различных жанров; - определение основной и второстепенной информации; свободная ориентация и восприятие текстов художественного, научного, публицистического и официально-делового стилей; понимание и адекватная оценка языка средств массовой информации; - постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера. Особую группу общеучебных универсальных действий составляют знаково-символические действия: - моделирование – преобразование объекта из чувственной формы в модель, где выделены существенные характеристики объекта (пространственно-графическая или знаково-символическая); - преобразование модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область. Логические универсальные действия: - анализ объектов с целью выделения признаков (существенных, несущественных); - синтез – составление целого из частей, в том числе самостоятельное достраивание с восполнением недостающих компонентов; - выбор оснований и критериев для сравнения, классификации объектов; - подведение под понятие, выведение следствий; - установление причинно-следственных связей, представление цепочек объектов и явлений; - построение логической цепочки рассуждений, анализ истинности утверждений; - доказательство;
--	--

	- выдвижение гипотез и их обоснование. Постановка и решение проблемы: - формулирование проблемы; - самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера.
	<u>Коммуникативные УУД:</u> обеспечивают социальную компетентность и учёт позиции других людей, партнёров по общению или деятельности; умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми. К коммуникативным действиям относятся: - планирование учебного сотрудничества с учителем и - сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия; - постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации; - разрешение конфликтов – выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация; - управление поведением партнёра – контроль, коррекция, оценка его действий; - умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации. Универсальные учебные действия представляют собой целостную систему, в которой происхождение и развитие каждого вида учебного действия определяется его отношением с другими видами учебных действий и общей логикой возрастного развития. Содержание и способы общения и коммуникации обуславливают развитие способности ребёнка к регуляции поведения и деятельности, познанию мира, определяют образ «Я» как систему представлений о себе, отношений к себе. УУД представляют собой целостную систему, в которой происхождение и развитие каждого вида учебного действия определяется его отношением с

	другими видами учебных действий и общей логикой возрастного развития .
Предметные	<u>Ученик научится:</u> ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма; раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие; ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. <u>Ученик получит возможность научиться:</u> вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности; целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств; выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах. выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы); выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств; выполнять организующие строевые команды и приёмы;

	выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладина и брусья, напольное гимнастическое бревно); выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма); выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.
--	---

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА, КУРСА (ФК ГОС)

Знать / понимать	§ Знать о роли и значении занятий физическими упражнениями; § Знать о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения; § Знать о физической нагрузке и способах ее регулирования; § Знать о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма; § Вести дневник самонаблюдения; § Выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации; § Подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой; § Выполнять игровые действия в баскетболе и волейболе, играть по упрощенным правилам; § Оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях; § Демонстрировать уровень физической подготовленности.
Уметь	Технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации. Проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей. Разрабатывать индивидуальный двигательный режим Контролировать и регулировать функциональное состояние

	организма при выполнении физических упражнений Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма Пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.
--	---

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

(из ООП)

Раздел / тема	Содержание
1. Базовая часть:	- Основы знаний о физической культуре. - Легкоатлетические упражнения. - Гимнастика с элементами акробатики. - Кроссовая подготовка. - Подвижные игры. - Национальные игры. - ГТО
2. Вариативная часть:	- подвижные игры с элементами баскетбола.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)		
		Класс		
		7	8	9
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока		
2	Кроссовая подготовка .	19	19	19
3	Легкая атлетика	27	26	27
4	Гимнастика	13	13	13
5	Волейбол	15	15	15
6	Футбол	5	5	5
7	Баскетбол	17	18	17
8	Национальные игры	4	4	2
9	ГТО	2	2	2
10	Итого	102	102	68

Контрольные нормативы по физкультуре 7 класс

класс	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
	Учащиеся	Мальчики			Девочки		
	Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”

7	Челночный бег 4х9 м, сек	9,8	10,3	10,8	10,1	10,5	11,3
7	Бег 30 м, секунд	5,0	5,3	5,6	5,3	5,6	6,0
7	Бег 1000м — мальчики, мин 500м — девочки, мин	4,10	4,30	5,00	2,15	2,25	2,60
7	Бег 60 м, секунд	9,4	10,0	10,8	9,8	10,4	11,2
7	Бег 2000 м, мин	9,30	10,15	11,15	11,00	12,40	13,50
7	Прыжки в длину с места	180	170	150	170	160	145
7	Подтягивание на высокой перекладине	9	7	5			
7	Сгибание и разгибание рук в упоре	23	18	13	18	12	8
7	Наклоны вперед из положения сидя	11	7	4	16	13	9
7	Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	45	40	35	38	33	25
7	Прыжок на скакалке, 20 сек, раз	46	44	42	52	50	48

Контрольные нормативы по физкультуре 8 класс

класс	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ	
	Учащиеся	Мальчики	Девочки

	Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
8	Челночный бег 4х9 м, сек	9,6	10,1	10,6	10,0	10,4	11,2
8	Бег 30 м, секунд	4,8	5,1	5,4	5,1	5,6	6,0
8	Бег 1000 м, мин	3,50	4,20	4,50	4,20	4,50	5,15
8	Бег 60 м, секунд	9,0	9,7	10,5	9,7	10,4	10,8
8	Бег 2000 м, мин	9,00	9,45	10,30	10,50	12,30	13,20
8	Прыжки в длину с места	190	180	165	175	165	156
8	Подтягивание на высокой перекладине	10	8	5			
8	Сгибание и разгибание рук в упоре	25	20	15	19	13	9
8	Наклоны вперед из положения сидя	12	8	5	18	15	10
8	Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	48	43	38	38	33	25
8	Прыжок на скакалке, 25 сек, раз	56	54	52	62	60	58

Контрольные нормативы по физкультуре 9 класс

класс	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ	
	Учащиеся	Мальчики	Девочки

	Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
9	Челночный бег 4х9 м, сек	9,4	9,9	10,4	9,8	10,2	11,0
9	Бег 30 м, секунд	4,6	4,9	5,3	5,0	5,5	5,9
9	Бег 1000 м — юноши, сек 500м — девушки, сек	3,40	4,10	4,40	2,05	2,20	2,55
9	Бег 60 м, секунд	8,5	9,2	10,0	9,4	10,0	10,5
9	Бег 2000 м, мин	8,20	9,20	9,45	10,00	11,20	12,05
9	Прыжки в длину с места	210	200	180	180	170	155
9	Подтягивание на высокой перекладине	11	9	6			
9	Сгибание и разгибание рук в упоре	32	27	22	20	15	10
9	Наклоны вперед из положения сидя	13	11	6	20	15	13
9	Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	50	45	40	40	35	26
9	Прыжок на скакалке, 25 сек, раз	58	56	54	66	64	62

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение - основная общеобразовательная школа имени Н.И.Сулимова с. Сухотского Моздокского района Республики Северная Осетия – Алания 363714, РСО - Алания, Моздокский район; с. Сухотское, ул.Новая № 35 тел/факс 56-6-27
ИНН 1511101273/ КПП 151001001; ОГРН 1021500921001 ; ОКТМО 90630460 ; ОКПО 71003261

«Утверждаю»

Директор МБОУ ООШ с.Сухотского

_____/Ф.З.Тажедут/

Приказ № 167

от «01» 09 2023.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Предмет - Физическая культура

Класс – 7-8-9

Образовательная область- физическая культура и основы безопасности и жизнедеятельности.

МО - физическая культура

Учебный год - 2023-2024

Срок реализации программы-1год

Учитель (ФИО)

Мотлях Людмила Федоровна

с. Сухотское 2023 г.

Расчет количества уроков
к календарно-тематическому плану
7-8-9 классы

I четверть	24	I полугодие	48
II четверть	24	II полугодие	54
III четверть	30	Всего	102
IV четверть	24		
Всего	102		

Календарно-тематическое планирование 7-8-9 классы рассчитано на 34 учебные недели при количестве 3 урока (ов) в неделю, всего 102 уроков. При соотнесении прогнозируемого планирования с составленным на учебный год расписанием и календарным графиком количество часов составило 102 уроков.

Если вследствие непредвиденных причин количество уроков изменится, то для выполнения государственной программы по предмету это изменение будет компенсировано перепланировкой подачи материала.

Календарно-тематическое планирование 7 класс (102 часа)

№ урок а	Раздел	ТЕМА УРОКА	Планируемые результаты (предметные)	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ				Дома шнее задан ие	Дат а пла н
				Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникатив ные УУД	Регулятивные УУД		Дат а факт
1 четверть. Легкая атлетика – 14 часов.									
1	Вводн ый урок 1 час	ОРУ.ТБ по легкой атлетике. Спринтерский бег, эстафетный бег .	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Бег 30 м.	06.09
2	Урок-1 час	ОРУ. ТБ. Бег коротким, средним и длинным шагом. Бег 60 м. Подтягивание на высокой перекладине.	Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег 60 м.	08.09
3	Урок-	ОРУ. ТБ. Челночный бег	Знать правила	Учебно-	Понятие	Осуществлять	Вести	Челн	09

	1 час	4*9 м. Прыжки с разбега.	и технику выполнения челночного бега.	познавательный интерес и способам решения поставленных задач	«короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	дискуссию, правильно выражать свои мысли	очный бег 4*9 м.	09
4	Урок-1 час	ОРУ. ТБ. Прыжки в высоту, способом «Перешагивания».	Знать технику выполнения прыжка в высоту.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	Челночный бег 4*9 м.	13 09
5	Зачётный урок 1 час	ОРУ. ТБ, Челночный бег 3х10м. Прыжки с места.	Знать правила и технику выполнения челночного бега. и выполнения прыжка с места.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).	Прыжки с места.	15. 09
6	Урок-	ОРУ. ТБ. Прыжки с	Знать технику	Оценивать	Уметь	Потребность в	Взаимно	Мета	16.

	1 час	разбега. Метание малого мяча на дальность	выполнения прыжков и приземления. Уметь правильно выполнять метание мяча.	собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	контролировать действия друг друга, уметь договариваться	ние малого мяча на дальность	09
7	Урок-соревнование 1 час	ОРУ. ТБ. Отжимание от пола. Игра «Перестрелка»	Уметь правильно выполнять отжимание от пола, соблюдать правила игры.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Отжимание от пола.	20 09
8	Зачётный урок 1 час	ОРУ. ТБ, Прыжки в длину с места, толчком двумя ногами. Прыжки на скакалке.	Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги Знать технику выполнения прыжков на скакалке.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Прыжки в длину с места,	22 09
9	Урок-1 час	Броски набивного мяча (1кг.) на дальность разными способами.	Уметь выполнять броски	Проявлять трудолюбие и упорство в	Основы знаний о работе органов дыхания и	Осуществлять продуктивное взаимодействие	Самостоятельно оценивать свои действия	Наклон вперёд	23 09

		Наклон вперед из положения сидя.	набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя.	достижении поставленных целей.	сердечно-сосудистой системы.	е между сверстниками и педагогами	и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	д из положения сидя.	
10	Зачётный урок 1 час	Бег 30 м. Подъем туловища из положения лёжа.	Уметь выполнять подъем туловища из положения лежа.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Подъем туловища из положения лёжа.	27.09
11	Урок-1 час	Приседания (количество раз/мин) Прыжки через скакалку(кол-во раз).	Уметь выполнять приседание. Прыжки через скакалку.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Следить за самочувствием при физических нагрузках;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	Прыжки через скакалку	29.09
12	Зачётный урок-1 час	Челночный бег 3x10 метров(сек). Прыжки с места.	Знать правила техники выполнения челночного бега, и	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательн	Челночный бег 3x10 метро	30.09

			прыжков с места.			педагогами.	о обосновывать правильность или ошибочность результата	в	
13	Урок-1 час	Метание мяча на дальность. Прыжки с разбега.	Знать правила техники выполнения метание меча на дальность и прыжков с разбега.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Следить за самочувствием при физических нагрузках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Метание мяча на дальность	04 10
14	Зачетный урок-1 час	Броски набивного мяча (1кг.) на дальность разными способами.	Знать правила техники выполнения бросков набивного мяча на дальность.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Прыжки с места.	06 10
ГТО -1 час.									
15	Зачётный урок-1 час	Подтягивание. (ГТО).Метание мяча на дальность.		Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и	Следить за самочувствием при физических нагрузках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Самостоятельно оценивать свои действия и	Метание мяча на	07 10

				энергии		сверстниками и педагогами.	содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата.	дальн ость.	
Кроссовая подготовка 9 часов.									
16	Урок-игра 1 час	Т.Б. Равномерный бег 14 мин.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег 5 мин.	11 10
17	Урок-игра 1 час	Т.Б. Равномерный бег 15 мин.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег 6 мин.	13 10
18	Урок-эстафета 1 час	Т.Б Равномерный бег 16 мин.	Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий	Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей	Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Бег 7 мин.	14 10

19	Сюжет-ный урок 1 час	Т.Б. Равномерный бег 17 мин.	Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег 8 мин.	18 10
20	Урок-игра 1 час	Т.Б.. Бег на короткие дистанции 100м. 300м	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Правила поведения и техника безопасности на уроках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег 100м.	20 10
21	Урок-игра 1 час	Т.Б. Кросс 500м(девочки) 1000м (мальчики).	Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Правила поведения и техника безопасности на уроках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег 9 мин.	21 10

22	Урок-игра 1 час	Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности до 1км.	Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Характеристика основных физических качеств.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Бег 8 мин.	25 10
23	Урок-эстафета 1 час	Т.Б. Кросс по слабопересечённой местности 500м Учёт. Эстафеты с прыжками.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег 8 мин.	27 10
24	Урок-эстафета 1 час	Т.Б. Бег на выносливость 2000м без учета времени.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег 9 мин.	28 10
2 четверть. Гимнастика с основами акробатики 13 часов.									
25	Урок-игра 1 час	Техника безопасности на уроках гимнастики. Лазание по канату. Упражнение на гимнастической	Уметь применять правила техники безопасности на уроках	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Лежа на спине, руки вперед	

		скамейки.	гимнастики	деятельности и формирования личностного смысла учения	уроках гимнастики	диалог		к низу пальцы переплетены, продеть правую (левую) ногу не касаясь «кольца», то же сидя, стоя.	
26	Урок-игра 1 час	Два кувырка слитно. Мост из положения, стоя с помощью. Лазание по канату в два приёма.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики	Закрепляют навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекуты в группировке, упоры; учатся технически правильно выполнять перекуты, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма и правила взаимодействия с	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Лежа на спине, руки вперед к низу пальцы переплетены, продеть правую (левую) ногу не касаясь	

				игроками				«КОЛЬЦА», то же сидя, стоя.	
27	Урок – 1 час.	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	Выполняют ходьбу и бег по кругу, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют как правильно выполнить кувырок вперёд, выполняют кувырок, выполняют задания в круговой тренировке,	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Наклоны и повороты туловища в различных положениях	
28	Урок-игра 1 час	Прыжки согнув ноги через козла 115 метров . Лазание о канату.	Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки.	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Мост из положения, лежа на спине	

						заданиях и ситуациях			
29	Урок-1 час.	Кувырки вперёд, назад, стойка на лопатках. Два кувырка вперед слитно.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Захватывание переключателей мелких предметов пальцами ног и сводам и ступней.	
30	Урок игра. 1 час	Два кувырка вперёд слитно. Мост из положения, стоя с помощью. Лазание по канату в три приёма.	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, выполняют ходьбу на носках по гимнастической скамейке разными способами,	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики.	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог.	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях.	Захватывание переключателей мелких предметов пальцами ног и сводам и ступней.	

			учатся правильно выполнять и выполняют на результат наклон вперед из положения стоя, повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»						
31	Урок-игра. 1-час	Кувьрки вперёд стойка на лопатках. Кувьрки назад в полу шпагат. Мост из положения, стоя без помощи.	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание разными способами, гимнастические упражнения «мост»; повторяют	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Стойка на лопатках(м). Мост из положения лежа.(д).	

			правила и играют в игру «Мышеловка» и игру на внимание «Класс						
32	Урок-1 час	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка» на полу и скамейке; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение «мост»; повторяют правила и играют в игру «Прокати быстрее мяч»	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Стойка на лопатках(м). Мост из положения лежа.(д).	

33	Урок повторения 1 час	Лазание по канату Стойка на голове (юноши) - зачёт. Мост из положения стоя (девушки)	Знать: значение гимнастических упражнений для развития силовых способностей	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Стойка на лопатках(м). Мост из положения лежа.(д).	
34	Урок-игра 1 час	Лазание по канату (зачёт). Стойка на голове (юноши) - зачёт. Мост из положения стоя (девушки) - зачёт.	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища.	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Стойка на лопатках(м). Мост из положения лежа.(д).	
35	Урок групповой деятельности 1 час	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Стойка на лопатках(м). Мост из положения лежа.(д).	
36	Урок	Кувырки вперёд в стойку	Уметь	Оценивать игровые	Правила	Потребность в	Согласованно	Стойка	

	1-час.	на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений	ситуации с точки зрения правил поведения и этики	поведения и техника безопасности на уроках.	общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	на лопатках(м). Мост из положения лежа.(д).	
37	Урок-соревнование 1 час	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	Развивают ловкость, силу и координацию в лазанье и перелезании по гимнастической стенке; совершенствую т навыки выполнения кувырков вперед и назад; соблюдают правила поведения и предупреждения травматизма	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Стойка на лопатках(м). Мост из положения лежа.(д).	
Подвижные национальные игры 2-часа.									
38	Урок-игра 1 час	Игра «Лук и стрела».	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом,	Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно,	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных	Повторить игру «Лук и	

			прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.	виноват, поступил правильно и др.);	их учетом	диалог	игр	стрел а».	
39	Урок-игра 1 час	Подвижная игра «Борьба за флажки»	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, соблюдая правила игр и безопасность	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить игру	
Спортивные игры (баскетбол) 9 часов.									
40	Вводный урок 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра. Правила игры в баскетбол	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить сочетание приемов ведения, передачи, броска.	
41	Урок-игра 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание	Осваивать технические действия основ спортивных	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Согласованно выполнять совместную деятельность	Повторить сочетание	

		приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	игр.	окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	действия постановки и решения проблемы.	сверстниками и педагогами	в игровых ситуациях	приемов передвижений и остановок.	
42	Урок соревнования 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	Осваивать Т/б при работе мячом. двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить правила игры в баскетбол.	
43	Урок-соревнование 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2х2). Учебная игра.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить штрафной бросок.	

44	Зачётный урок. 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3х3). Учебная игра.	Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр.	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить бросок одной рукой от плеча в прыжке.	
45	Урок-соревнование 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3х3). Учебная игра.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведения подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить бросок одной рукой от плеча в прыжке.	
46	Зачётный урок. 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание	Принимать адекватные решения в условиях	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Согласованно выполнять совместную деятельность	Повторить бросок	

		приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	игровой деятельности.	деятельности	действия постановки и решения проблемы.	сверстниками и педагогами	в игровых ситуациях	двумя руками от головы в прыжке.	
47	Урок-эстафеты 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить бросок двумя руками от головы в прыжке	
48	Урок-соревнование 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых	Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать технические действия из баскетбола	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить бросок одной рукой от плеча в прыжке.	

		взаимодействиях (2х2). Учебная игра							
3 четверть. Национальные подвижные игры- 2часов.									
49	Урок-эстафета 1 -час	Игра «Лук и стрела»	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Подтягивание на перекладине. Отжимание от скамейки.	
50	Сюжетный урок 1- час	Игра «Борьба за флажки»	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.	Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей.	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Подтягивание на перекладине. Отжимание от скамейки.	
Спортивные игры (баскетбол) 8 часов.									
51	Урок игра 1- час	Совершенствование ловли и передачи мяча одной рукой от плеча на		Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой	Правила поведения и техника	Осуществлять продуктивное взаимодействие	Самостоятельно оценивать свои действия	Повторить перем	

		месте, в движении. Совершенствование перемещений, ведение мяча в движении. Учебная игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам.		ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	безопасности на уроках.	е между сверстниками и педагогами	и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	ещен ие, веден ие мяча в движ ении.	
53	Урок-игра 1 час	Совершенствование техники бросков мяча в кольцо одной и двумя руками с места и в движении. Совершенствование ловли и передачи мяча в парах, тройках без сопротивлением защитника. Учебная игра.	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.	Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.);	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Уметь взаимодейств овать в команде при проведении подвижных игр	Повт орить техни ку броск ов мяча в кольц о одно й и двум я рука ми с места и в движ ении.	
54	Урок-игра 1 час	Совершенствование индивидуальной техники защиты: вырывание и выбивание мяча.	Применять правила техники безопасности на уроках	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и	Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн	Повт орить перед ачи и веден	

		Совершенствование ловли, передачи и ведения мяча с разной высотой отскока, закрепление техники бросков мяча в кольцо одной и двумя руками с места и в движении. Учебная игра.	подвижных игр.	правилами поведения		педагогами	о обосновывать правильность или ошибочность результата	ия мяча с разной высотой отскока	
55	Урок-эстафета 1 час	Контрольный урок. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча в движении.	Физические упражнения и их влияние на развитие физических качеств.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Знать упражнения для формирования правильной осанки	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить ловлю и передачу мяча двумя руками от груди и одной от плеча в движении.	
56	Урок-путешествие	Совершенствование ведения мяча, бросков	Применять правила техники	Способность к самооценке на основе критериев	Знать правила подвижной игры; активно	Осуществлять продуктивное взаимодействие	Согласованные действия с поведением	Повторить веден	

	1 час	мяча в кольцо. Развитие координационных качеств. Учебная игра.	безопасности на уроках подвижных игр.	успешности учебной деятельности	участвовать в игровой деятельности с их учетом	е между сверстниками и педагогами	партнеров; контроль, коррекция.	ия мяча, броск и мяча в кольц о	
57	Урок-игра 1 час	Комбинации из освоенных элементов. Техники перемещения и владения мячом, остановка, повороты, ускорения.	Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр.	Повторить технику перемещения и владения мячом, остановка, повороты, ускорения.	
58		Игра «Метание камня с плеча»	Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	Повторить игру «Метание камня с	

								плеча »	
Спортивные игры (волейбол)– 15 часов.									
59	Урок-игра 1 час	Волейбол. Т/б при работе с мячом. Подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками.	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить подачу мяча одной рукой через сетку.	
60	Урок-игра 1 час	Правила техники безопасности в волейболе .Правила игры. Стойка игрока, передвижения, передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить стойку игрока, передвижения, передачу мяча двумя руками сверху.	

61	Урок-эстафета 1 час	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками в парах и тройках через сетку. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам.	Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр.	Достижение личноcтно значимых результатов в физическом совершенстве.	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить нижнюю прямую подачу.	
62	Урок-игра 1 час	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками в парах и тройках через сетку. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками	
63	Урок-игра 1 час	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в	Осваивать универсальные умения	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой	Правила поведения и техника	Осуществлять продуктивное взаимодействие	Самостоятельно оценивать свои действия	Повторить передвижение	

		парах, тройках через зону, через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам	ловкость во время подвижных игр.	ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	безопасности на уроках.	е между сверстниками и педагогами	и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	ача мяча сверху двумя руками	
64	Урок-игра	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить прием мяча снизу двумя руками в после подачи.	
65	Урок-игра	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить прямой нападающий удар после подбрасывания	

		подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.						мяча партнером	
66	Урок-игра 1 час	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить прием мяча снизу двумя руками	
67	Урок-групповой деятельности 1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить прием мяча снизу двумя руками в после	

		из разученных элементов в парах.						подач и.	
68	Урок-игра-1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах.	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить прием мяча снизу двумя руками в после подачи	
69	Урок-игра-1 час	Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить нижнюю прямую подачу мяча.	
70	Урок-соревнование 3 часа	Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить прямой нападающий удар после	

								подбрасывания мяча партнером.	
71	Зачётный урок 1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	
72	Урок-игра-1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах.	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить перемещение в стойке, остановки, ускорение.	
	Урок-	Комбинации из	Управлять	Формирование	Анализ своей	Осуществлять	Контролирова	Повт	

73	игра-1 час	разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах	эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	ть учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	орить прием мяча снизу двумя руками после подачи.	
Спортивные игры (футбол)– 5 часов.									
74	Урок-игра-1 час	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	
75	Урок-игра-1 час	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность	Повторить перемещение в защите	

		вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.					обосновывать правильность или ошибочность результата	тной стойке спиной вперёд.	
76	Урок-игра-1 час	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить перемещение в защитной стойке спиной вперёд.	
77	Урок-игра-1 час	Удар внешней частью подъёма. Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить перемещение в защитной стойке спиной вперёд.	

78	Урок-игра-1 час	Закрепление удара внешней частью подъёма. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог вступать в диалог	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить удара внешней частью подъёма.	
4 четверть. Кроссовая подготовка 10 часов.									
79	Урок-игра 1 час	Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой до 300 м. Прыжки с места.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег в чередовании с ходьбой до 300 м	
80	Урок-игра 1 час	Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой 200м.- бег, 200м.-ходьба. Бег 30 м.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег в чередовании с ходьбой 200м.- бег, 200м.- ходьба.	

81	Урок-эстафета 1 час	Т.Б. Медленный бег 500м. Бег 60 м. Развитие выносливости.	Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий	Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей	Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Бег 60 м	
82	Сюжетный урок 1 час	Т.Б. Равномерный, медленный бег до 14 мин.	Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Равномерный, медленный бег до 5 мин.	
83	Урок-игра 1 час	Т.Б. Равномерный бег до 15 мин. Развитие выносливости.	Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Правила поведения и техника безопасности на уроках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Равномерный, медленный бег до 6 мин.	
84	Урок-	Т.Б. Равномерный бег до	Уметь бегать в	Оценивать	Правила	Осуществлять	Самостоятель	Равно	

	игра 1 час	16 мин.	равномерном темпе до 5 минут	собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	поведения и техника безопасности на уроках	продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами	но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	мерн ый, медле нный бег до 7 мин.	
85	Урок- игра 1 час	Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.	Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Характеристика основных физических качеств.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Контролирова ть учебные действия, аргументиров ать допущенные ошибки	Равно мерн ый, медле нный бег до 8 мин.	
86	Урок- эстафе та 1 час	Т.Б. Кросс по слабопересечённой местности 500м. Учёт. Эстафеты с прыжками.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно- сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами	Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность	Равно мерн ый, медле нный бег до 9 мин.	
87	Урок- игра 1 час	Т.Б.(Кросс 500м) девочки. (1000)м мальчики. (Зачет)	Уметь преодолевать препятствия в беге.	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности	Физические качества и их связь с физическим развитием.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в	Уметь взаимодейств овать в команде при проведении эстафет.	Равно мерн ый, медле нный бег	

				инвентаря и оборудования		диалог		до 9 мин.	
88	Урок-эстафета 1 час	Т.Б. Бег на выносливость 2000м Без учета времени.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Равномерный, медленный бег до 10 мин.	
Легкая атлетика 13 часов.									
89	Урок-игра 1 час	Бег на скорость 30, 60 м. Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей.	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. Формировать потребности к ЗОЖ.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Контролировать режимы физической нагрузки на организм.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Бег на скорость 30.	
90	Зачетный урок 1 час	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Развитие скоростно-силовых способностей.	Правила и технику выполнения челночного бега	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Бег на скорость 60м.	
91-92	Урок-игра 1 час	Бег 30 м. Челночный бег 3x10 м.	Различия в изменении темпа при ходьбе и беге, длины шагов	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Понятие «короткая дистанция», Поиск и выделение	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и	Контролировать учебные действия, аргументировать	Челночный бег 3x10 м.	

			бега и где их можно применять		необходимой информации	педагогами	допущенные ошибки		
93	Урок-игра 1 час	Равномерный, медленный бег до 4 мин. Бросок теннисного мяча на дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. скоростно-силовых способностей	Пробегать в равномерном темпе 4 минуты Выполнять высокий старт с последующим ускорением	Достижение лично-стно значимых результатов в физическом совершенстве.	Выделение и формулирование учебной цели; выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Бросок теннисного мяча на дальность.	
94	Урок эстафета 1 час	Прыжки в длину с места. Бросок теннисного мяча на дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча.	Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Умение структурировать знания Контролировать режимы физической нагрузки на организм.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Прыжки в длину с места.	
95	Урок-игра 1 час	Прыжки в длину с разбега. Равномерный, медленный бег 500 м.	Понятие «короткая дистанция», бег на скорость, бег на выносливость.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Равномерный, медленный бег 500 м.	

					новых знаний и умений.				
96	Урок групповой деятельности 1 час	Подтягивание на перекладине . Отжимание от скамейки.	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Подтягивание на перекладине . Отжимание от скамейки.	
97	Урок-игра 1 час	Метание мяча в вертикальную цель. Игра «Точно в мишень»	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Метание мяча в вертикальную цель.	
98	Урок-игра 1 час	Сгибание рук в упоре лежа (отжимание). Челночный бег 4х9 м.	Выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Сгибание рук в упоре лежа.	
99	Урок-игра	Бросок набивного мяча (1 кг.) на дальность.	Знать правила поведения и	Формирование социальной роли	Составление режима дня;	Осуществлять продуктивное	Согласованно выполнять	Прыжки	

	1 час	Прыжки на скакалке за 20 секунд.	технику безопасности на уроках физической культуры.	ученика. Формирование положительного отношения к учению	знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки;	взаимодействи е между сверстниками и педагогами	совместную деятельность в игровых ситуациях	на скакалке	
ГТО – 1 час.									
100	Урок-игра 1 час.	Метание мяча на дальность (ГТО). Кросс по слабо пересеченной местности до 1км.	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях.	Метание мяча на дальность	
101	Урок-игра 1 час	Наклон вперед из положения сидя (зачет). Челночный бег 4х9.	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Челночный бег 4х9..	
102	Урок-игра 1 час	Подтягивание на перекладине(мальчики). Отжимание от пола (девочки).(Зачет)	Уметь применять правила техники	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований	Характеристика основных физических качеств.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Самостоятельно оценивать свои действия и	Подтягивание на	

			безопасности на уроках подвижных игр.	ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования		сверстниками и педагогами	содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	перек ладин е(мал ьчики). Отжи мани е от пола (дево чки)	
--	--	--	--	--	--	------------------------------	---	---	--

Лист корректировки рабочей программы

Дата урока по плану	Дата проведения по факту	Содержание корректировки (тема урока)	Обоснование проведения корректировки	Реквизиты документа (дата , № приказа)
--------------------------------	---	--	---	---

Календарно-тематическое планирование 8 класс (102 часа)

№ урока	Раздел	ТЕМА УРОКА	Планируемые результаты (предметные)	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	Дома шнее задан ие	Дат а пла н
------------	--------	------------	---	------------------------	-----------------------------	----------------------

				Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД		Дата факт
1 четверть. Легкая атлетика – 14 часов.									
1	Вводный урок 1 час	Спринтерский бег, эстафетный бег Инструктаж по ТБ Низкий старт 30-40 м. стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Низкий старт 30-40 м. стартовый разгон.	04.09
2	Урок-1 час	. Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м.) Эстафетный бег. ОРУ. Специально беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростных качеств	Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег по дистанции (70-80 м.)	08.09

3	Урок-1 час	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м.) Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. ОРУ Специально беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Знать правила и технику выполнения челночного бега.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Бег по дистанции (70-80 м.)	11 09
4	Урок-1 час	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м.) Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. ОРУ Специально беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Знать технику выполнения прыжка в высоту.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	Бег по дистанции (70-80 м.)	15 09
5	Зачётный урок 1 час	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м.) Финиширование. Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специально беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Знать правила и технику выполнения челночного бега. и выполнения прыжка с места.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз	Бег 60 м	16 09

							, средства, контроль, оценка).		
6	Урок- 1 час	Бег 60 м на результат. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Уметь правильно выполнять метание мяча.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролирова ть действия друг друга, уметь договариватьс я	Мета ние тенни сного мяча на дальн ость	18 09
7	Урок- соревн ование 1 час	Прыжок в длину согнув ноги, метание мяча Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Подбор разбега. Метание теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов.	Уметь правильно выполнять отжимание от пола, соблюдать правила игры.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно- сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Мета ние тенни сного мяча на дальн ость	22 09
8	Зачётн ый урок 1 час	Прыжок в длину согнув ноги. Подбор разбега, отталкивание. Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание 150 г мяча на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги Знать технику выполнения прыжков на	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно- сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Мета ние тенни сного мяча на дальн ость	23 09

			скакалке.						
9	Урок-1 час	Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Фаза полёта, приземление. Техника выполнения метание мяча с разбега.	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Прыжки в длину с места.	25 09
10	Зачётный урок 1 час	Прыжок в длину на результат. Метание мяча с разбега. ОРУ. Спортивная игра «Перестрелки».	Уметь выполнять подъем туловища из положения лежа.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Прыжки через скакалку	29 09
11	Урок-1 час	Приседания (количество раз/мин) Прыжки через скакалку(кол-во раз).	Уметь выполнять приседание. Прыжки через скакалку.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Следить за самочувствием при физических нагрузках;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Челночный бег 4х19 метров(сек).	30 09
12	Зачётный урок-	Челночный бег 4х19 метров(сек). Прыжки с места.	Знать правила техники выполнения	Волевая саморегуляция, способность к	Следить за самочувствием при физических	Осуществлять продуктивное взаимодействие	Самостоятельно оценивать свои действия	Прыжки с места	02 10

	1 час		челночного бега, и прыжков с места.	мобилизации сил и энергии	нагрузках	е между сверстниками и педагогами.	и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	.	
13	Урок-1 час	Метание мяча на дальность. Прыжки с разбега.	Знать правила техники выполнения метание меча на дальность и прыжков с разбега.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Следить за самочувствием при физических нагрузках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	Метание мяча на дальность.	06 10
14	Зачетный урок-1 час	Броски набивного мяча (1кг.) на дальность разными способами.	Знать правила техники выполнения бросков набивного мяча на дальность.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	Метание мяча на дальность.	07 10
ГТО -1 час.									
15	Зачётный	Подтягивание.		Волевая саморегуляция,	Следить за самочувствием	Осуществлять продуктивное	Самостоятельно оценивать	Бег 8 мин в	09 10

	урок-1 час	(ГТО).Прыжки с места. Кросс по слабо пересеченной местности до 1 км. Круговая эстафета.		способность к мобилизации сил и энергии	при физических нагрузках	взаимодействи е между сверстниками и педагогами.	свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата.	черед овани и с ходьб ой.	
Кроссовая подготовка 9 часов.									
16	Урок-игра 1 час	Бег на средние дистанции Бег 1500 м (девочки), 2000 м (мальчики) (мин). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Развитие выносливости	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег 500м (девочки). 1000 м (мальчики).	13 10
17	Урок-игра 1 час	Бег 1500 м (девочки), 2000 м (мальчики) (мин). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Правила соревнований. Развитие выносливости	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег 500м (девочки). 1000 м (мальчики).	14 10
18	Урок-эстафета 1 час	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий Бег 15 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ.	Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и	Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей,	Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Бег 15 минут в чередовании с ходьбой.	16 10

		Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости.	обувь для занятий	родителей					
19	Сюжетный урок 1 час	Бег 17 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег 17 минут в чередовании с ходьбой	20 10
20	Урок-игра 1 час	Бег 17 минут. Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Развитие выносливости	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Правила поведения и техника безопасности на уроках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег 17 минут в чередовании с ходьбой	21 10
21	Урок-игра 1 час	Бег 18 минут. Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу,	Правила поведения и техника безопасности на уроках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать	Бег 18 минут в чередовании с ходьбой	23 10

[illegible]

25	Урок-игра 1 час	Техника безопасности на уроках гимнастики. Лазание по канату. Упражнение на гимнастической скамейки.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	1. Прыжки через скакалку у вчетверо о сложенную вперед и назад.2 0(м)	
26	Урок-игра 1 час	Два кувырка слитно. Мост из положения, стоя с помощью. Лазание по канату в два приёма.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики	Закрепляют навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекаты в группировке, упоры; учатся технически правильно выполнять перекаты, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма и правила взаимодействия с игроками	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	3. Прыжки со скакалкой – 110 (м), 120(д).	
27	Урок	Кувырки вперёд в стойку	Выполняют	Проявлять	Правила	Способность	Контролирова	7.	

	– 1 час.	на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	ходьбу и бег по кругу, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют как правильно выполнить кувырок вперед, выполняют кувырок, выполняют задания в круговой тренировке,	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	поведения и техника безопасности на уроках.	осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	ть учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Лежа на спине, руки вперед к низу пальцы переплетены, продерживать правую (левую) ногу не касаясь «кольца», то же сидя, стоя.	
28	Урок-игра 1 час	Прыжки согнув ноги через козла 115 метров . Лазание о канату.	Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки.	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	7. Лежа на спине, руки вперед к низу пальцы переплетены,	

						ситуациях		проде ть правую (левую) ногу не касаясь «кольц а», то же сидя, стоя.	
29	Урок- 1 час.	Кувырки вперёд, назад, стойка на лопатках. Два кувырка вперед слитно.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	8. Наклон , вперед касаясь лбом колен	
30	Урок игра. 1 час	Два кувырка вперёд слитно. Мост из положения, стоя с помощью. Лазание по канату в три приёма.	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, выполняют	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики.	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог.	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях.	8. Наклон , вперед касаясь лбом колен	

			ходьбу на носках по гимнастической скамейке разными способами, учатся правильно выполнять и выполняют на результат наклон вперед из положения стоя, повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»						
31	Урок-игра. 1-час	Кувырки вперед стойка на лопатках. Кувырки назад в полу шпагат. Мост из положения, стоя без помощи.	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Стойка на лопатках. (м) Мост из положения лежа.(д)	

			разными способами, гимнастические упражнения «мост»; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка» и игру на внимание «Класс						
32	Урок-1 час	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка» на полу и скамейке; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Стойка на лопатках. (м) Мост из положения лежа.(д)	

			«мост» ;повторяют правила и играют в игру «Прокати быстрее мяч»						
33	Урок повто рения 1 час	Лазание по канату Стойка на голове (юноши) - зачёт. Мост из положения стоя (девушки)	Знать: значение гимнастически х упражнений для развития силовых способностей	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Стойка на лопатк ах. (м) Мост из положе ния лежа.(д)	
34	Урок- игра 1 час	Лазание по канату (зачёт). Стойка на голове (юноши) - зачёт. Мост из положения стоя (девушки) - зачёт.	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастически х упражнений.	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища.	Умение аргументирова ть необходимость выполнения двигательных действий	Контролирова ть учебные действия, аргументиров ать допущенные ошибки	Стойка на лопатк ах. (м) Мост из положе ния лежа.(д)	
35	Урок 1 час	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без	выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности,	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно- сосудистой	Способность осуществлять коммуникативн ую деятельность,	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых	Лежа на спине поднят	

		помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.		взаимопомощи и сопереживания	системы.	использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	ситуациях	ь ноги коснутся коленами справа, затем слева за головой.	
36	Урок 1-час.	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Лежа на спине поднять ноги коснутся коленами справа, затем слева за головой.	
37	Урок-соревнование 1 час	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки).	Развивают ловкость, силу и координацию в лазанье и перелезании по гимнастическо	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с	Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Лежа на спине поднять ноги	

		Лазание по канату в два приёма.	й стенке; совершенствую т навыки выполнения кувырков вперед и назад; соблюдают правила поведения и предупреждени я травматизма	заданным эталоном				коснут ься колена ми справа, затем слева за голово й.	
Подвижные национальные игры 2-часа.									
38	Урок- игра 1 час	Игра «Лук и стрела».	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность	Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.);	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Уметь взаимодейств овать в команде при проведении подвижных игр	Подтяги вание на высокой переклад ине. Отжима ние от скамейк и.	
39	Урок- игра 1 час	Подвижная игра «Борьба за флажки»	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, соблюдая правила игр и безопасность	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность	Подтяги вание на высокой переклад ине. Отжима ние от скамейк и.	

							результата		
Спортивные игры (баскетбол) 9 часов.									
40	Вводный урок 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра. Правила игры в баскетбол	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить правила игры в баскетбол.	
41	Урок-игра 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	Осваивать технические действия основ спортивных игр.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить правила игры в баскетбол.	
42	Урок соревнования 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное	Осваивать Т/б при работе мячом. Двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или	Повторить сочетание приемов ведения, перед	

		нападение со сменой места. Учебная игра.					ошибочность результата	ачи, броска	
43	Урок-соревнование 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2х2). Учебная игра.	Осваивать универсальные умения в самостоятельно й организации и проведении спортивных и подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить бросок одной рукой от плеча в прыжке	
44	Зачётный урок. 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3х3). Учебная игра.	Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр.	Достижение личноcтно значимых результатов в физическом совершенстве.	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить бросок одной рукой от плеча в прыжке.	
45	Урок-	Сочетание приемов	Осваивать	Мотивировать свои	Правила	Осуществлять	Самостоятель	Повт	

	соревнование 1 час	передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3х3). Учебная игра.	универсальные умения в самостоятельно й организации и проведения подвижных игр.	действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	поведения и техника безопасности на уроках.	продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	но оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	орить сочетание приемов ведения, передачи, броска.	
46	Зачётный урок. 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить бросок двумя руками от головы в прыжке.	
47	Урок-эстафеты 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить бросок двумя руками	

		в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.			проблемы.			ми от голов в прыжке	
48	Урок-соревнование 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2х2). Учебная игра	Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать технические действия из баскетбола	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить бросок одной рукой от плеча в прыжке	
3 четверть. Национальные подвижные игры- 2 часа.									
49	Урок-эстафета 1 -час	Игра «Лук и стрела»	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность..	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Подтягивание на перекладине. Отжимание от скаме	

50	Сюжет-ный урок 1- час	Игра «Борьба за флажки»	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.	Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей.	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Подтягивание на перекладине. Отжимание от скамьи.	
Спортивные игры (баскетбол) 9 часов.									
51-52	Урок игра 1- час	Совершенствование ловли и передачи мяча одной рукой от плеча на месте, в движении. Совершенствование перемещений, ведение мяча в движении. Учебная игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам.	Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать технические действия из баскетбола.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить совершенствование перемещений, ведение мяча в движении.	
53	Урок-игра 1 час	Совершенствование техники бросков мяча в кольцо одной и двумя	Уметь выполнять подвижные игры и	Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в	Потребность в общении с учителем Умение	Уметь взаимодействовать в команде при	Повторить совершенс	

		руками с места и в движении. Совершенствование ловли и передачи мяча в парах, тройках без сопротивлением защитника. Учебная игра.	эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.	чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.);	игровой деятельности с их учетом	слушать и вступать в диалог	проведении подвижных игр	твоя техника бросков мяча в кольцо одной и двумя руками с места и в движении.	
54	Урок-игра 1 час	Совершенствование индивидуальной техники защиты: вырывание и выбивание мяча. Совершенствование ловли, передачи и ведения мяча с разной высотой отскока, закрепление техники бросков мяча в кольцо одной и двумя руками с	Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить совершенствование ловли, передачи и ведения мяча	

		места и в движении. Учебная игра.						с разно й высот ой отско ка, закре плени е техни ки броск ов мяча в кольц о одно й и двум я рука ми с места и в движ ении.	
55	Урок-эстафета 1 час	Контрольный урок. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча в	Физические упражнения и их влияние на развитие физических	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с	Знать упражнения для формирования правильной осанки	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательн	Повторить совершенствования	

		движении.	качеств.	правилами поведения		педагогами	о обосновывать правильность или ошибочность результата	ние ведения мяча, бросков мяча в кольцо.	
56	Урок-путешествие 1 час	Совершенствование ведения мяча, бросков мяча в кольцо. Развитие координационных качеств. Учебная игра.	Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Повторить совершенствование ведения мяча, бросков мяча в кольцо	
57	Урок-игра 1 час	Комбинации из освоенных элементов. Техники перемещения и владения мячом, остановка, повороты, ускорения.	Применять правила техники безопасности на уроках подвижных	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных	Повторить технику перемещения и владения	

			игр.	поведения			игр.	ния мячом, остановка, повороты, ускорения.	
58		Игра «Метание камня с плеча»	Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	Отжимание от пола.	
Спортивные игры (волейбол)– 15 часов.									
59	Урок-игра 1 час	Волейбол. Т/б при работе с мячом. Подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками.	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить подачу мяча одной рукой через сетку.	
60	Урок-игра 1 час	Правила техники безопасности в волейболе. Правила игры. Стойка игрока,	Соблюдать дисциплину и правила техники	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить	Правила поведения и техника безопасности на	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Самостоятельно оценивать свои действия и	Повторить правила	

		передвижения, передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	безопасности во время спортивных и подвижных игр.	в соответствии с правилами поведения	уроках.	сверстниками и педагогами	содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	ла игры в волей бол.	
61	Урок-эстафета 1 час	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками в парах и тройках через сетку. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам.	Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр.	Достижение личноcтно значимых результатов в физическом совершенстве.	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельн ых занятий.	Контролирова ть учебные действия, аргументиров ать допущенные ошибки	Повт орить нижн юю прям ую подач у.	
62	Урок-игра 1 час	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками в парах и тройках через сетку. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролирова ть учебные действия, аргументиров ать допущенные ошибки	Повт орить нижн юю прям ую подач у.	
63	Урок-игра 1 час	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах, тройках через зону, через сетку. Прием	Осваивать универсальные умения ловкость во время	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и	Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн	Повт орить прие м мяча	

		мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам	подвижных игр.	правилами поведения		педагогами	о обосновывать правильность или ошибочность результата	снизу двумя руками.	
64	Урок-игра	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить передачу мяча сверху двумя руками	
65	Урок-игра	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером	

		свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.						ером.	
66	Урок-игра 1 час	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	
67	Урок-групповой деятельности 1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах.	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить передачу мяча сверху двумя руками.	

68	Урок-игра-1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах.	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить прием мяча снизу двумя руками в после подачи.	
69	Урок-игра-1 час	Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером	

70	Урок-соревнование 3 часа	Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером	
71	Зачётный урок 1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить прием мяча снизу двумя руками в после подачи.	
72	Урок-игра-1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).	Осваивать универсальные умения ловкость во время	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых	Повторить прием мяча	

		Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах.	подвижных игр	правилами поведения		педагогами	ситуациях	снизу двумя руками в после подачи.	
73	Урок-игра-1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону.	
Спортивные игры (футбол)– 5 часов.									
74	Урок-игра-1 час	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить удар по неподвижному мячу	

								внутренней стороны стопы.	
75	Урок-игра-1 час	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить перемещение в защитной стойке спиной вперёд.	
76	Урок-игра-1 час	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	

77	Урок-игра-1 час	Удар внешней частью подъёма. Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить удар внешней частью подъёма.	
78	Урок-игра-1 час	Закрепление удара внешней частью подъёма. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог вступать в диалог	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.	
4 четверть. Кроссовая подготовка 10 часов.									
79	Урок-игра 1 час	Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой до 300 м. Прыжки с места.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся	Потребность в общении с учителем Умение слушать и	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать	Бег в чередовании с ходьб	

			игры	общий язык и общие интересы	интервалом в чередовании с ходьбой	вступать в диалог	поддержку друг другу.	ой до 300 м	
80	Урок-игра 1 час	Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой 200м.- бег, 200м.-ходьба.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег в чередовании с ходьбой 200м.- бег, 200м.- ходьба.	
81	Урок-эстафета 1 час	Т.Б .Медленный бег 500м Развитие выносливости.	Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий	Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей	Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Медленный бег 500м.	
82	Урок 1 час	Т.Б .Равномерный, медленный бег до 17 мин. Бег 100 м.	Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или	Бег 100 м.	

							ошибочность результата		
83	Урок- 1 час	Т.Б. Равномерный бег до 18 мин. Развитие выносливости.	Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Правила поведения и техника безопасности на уроках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Равномерный бег до 17 мин	
84	Урок- 1 час	Т.Б. Равномерный бег до 19 мин.	Уметь бегать в равномерном темпе до 5 минут	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Правила поведения и техника безопасности на уроках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Равномерный бег до 18 мин	
85	Урок- 1 час	Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. Т.Б	Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Характеристика основных физических качеств.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные	Равномерный бег до 19 мин	

						другу.	ошибки		
86	Урок-1 час	Т.Б. Кросс по слабопересечённой местности 500м. Учёт. Эстафеты с прыжками.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность	Равномерный бег до 19 мин	
87	Урок-1 час	Т.Б.(Кросс 500м) девочки. (1000)м мальчики. (Зачет)	Уметь преодолевать препятствия в беге.	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования	Физические качества и их связь с физическим развитием.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет.	Равномерный бег до 19 мин	
88	Урок-1 час	Т.Б. Бег на выносливость 2000м Без учета времени.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Равномерный бег до 19 мин	
Легкая атлетика 12 часов.									
89	Урок-1 час	Бег на скорость 30, 60 м. Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей.	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения	Контролировать режимы физической нагрузки на организм.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные	Бег на скорость 30	

			Формировать потребности к ЗОЖ.	к учению		диалог	ошибки		
90	Зачетный урок 1 час	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Развитие скоростно-силовых способностей.	Правила и технику выполнения челночного бега	Достижение личносно значимых результатов в физическом совершенстве.	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Прыжок в длину способом «согнув ноги»	
91	Урок-1 час	Бег 30 м. Челночный бег 3х10 м.	Различия в изменении темпа при ходьбе и беге, длины шагов бега и где их можно применять	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Понятие «короткая дистанция», Поиск и выделение необходимой информации	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Челночный бег 3х10 м	
92	Урок-1 час	Равномерный, медленный бег до 4 мин. Бросок теннисного мяча на дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. скоростно-силовых способностей	Пробегать в равномерном темпе 4 минуты Выполнять высокий старт с последующим ускорением	Достижение личносно значимых результатов в физическом совершенстве.	Выделение и формулирование учебной цели; выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Бросок теннисного мяча на дальность на точность	
93	Урок	Прыжки в длину с места.	Уметь	Формирование	Умение	Осуществлять	Согласованно	Пры	

	1 час	Бросок теннисного мяча на дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча.	правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги	социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	структурировать знания Контролировать режимы физической нагрузки на организм.	продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	жки в длину с места	
94	Урок-1 час	Прыжки в длину с разбега. Равномерный, медленный бег 500м.	Понятие «короткая дистанция», бег на скорость, бег на выносливость.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Подтягивание на перекладине. Отжимание от скамейки.	
95	Урок 1 час	Подтягивание на перекладине . Отжимание от скамейки.	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Метание мяча в вертикальную цель.	
96	Урок-1 час	Метание мяча в вертикальную цель. Игра «Точно в мишень»	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих,	Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых	Сгибание рук в упоре лежа	

			физической культуры.	строить свои взаимоотношения с их учетом	материала и поставленной учебной целью.	педагогами	ситуациях		
97	Урок-1 час	Сгибание рук в упоре лежа (отжимание). Челночный бег 4х9 м.	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Прыжки на скакалке.	
98	Урок-1 час	Бросок набивного мяча (1 кг.) на дальность. Прыжки на скакалке за 20 секунд.	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Метание мяча на дальность.	
ГТО – 1 час.									
99	Урок-1 час.	Метание мяча на дальность (ГТО). Кросс по слабо пересеченной местности до 1км.	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях.	Наклон вперед из положения сидя.	

100	Урок-1 час	Наклон вперед из положения сидя (зачет). Челночный бег 4х9.	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Челночный бег 4х9.	
101	Урок-1 час	Подтягивание на перекладине(мальчики). Отжимание от пола (девочки).(Зачет)	Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования	Характеристика основных физических качеств.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Равномерный бег до 19 мин	
102	Урок-1 час	Кросс 1000 м (мальчики). 500м (девочки).	Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность.	Подтягивание на перекладине(мальчики). Отжимание от пола	

								(дево чки)	
--	--	--	--	--	--	--	--	---------------	--

Лист корректировки рабочей программы

Дата урока по плану	Дата проведения по факту	Содержание корректировки (тема урока)	Обоснование проведения корректировки	Реквизиты документа (дата , № приказа)
--------------------------------	---	--	---	---

[illegible]

Календарно-тематическое планирование 9 класс (102 часа)

№ урок а	Раздел	ТЕМА УРОКА	Планируемые результаты (предметные)	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ				Дом задан ие	Дата Пла н
				Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникатив ные УУД	Регулятивные УУД		Дата Фак т
				1 четверть. Легкая атлетика – 14 часов.					
1	Вводный урок 1 час	Т/ Б. Спринтерский бег, эстафетный бег.	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Бег по дистанции (70-80 м).	04 09
2	Урок-1 час	Бег на результат 30 м. Бег по дистанции (70-80м). Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательных качеств	Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег по дистанции (70-80 м).	05 09

3	Урок-1 час	Бег на результат 60м. Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. Развитие скоростных качеств.	Знать правила и технику выполнения челночного бега.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Метание мяча на дальность.	09 09
4	Урок-1 час	Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. История отечественного спорта.	Знать технику выполнения прыжка в высоту.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	Прыжок в длину с места.	11 09
5	Зачётный урок 1 час	Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность с разбега Развитие скоростно-силовых качеств	Знать правила и технику выполнения челночного бега. и выполнения прыжка с места.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз ,средства, контроль,	Метание мяча на дальность.	12 09

							оценка).		
6	Урок-1 час	Прыжок в длину на результат. Метание мяча на дальность. Развитие скоростно-силовых качеств.	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Уметь правильно выполнять метание мяча.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	Челночный бег 4х9м.	16 09
7	Урок-соревнование 1 час	Челночный бег 4х9м. Прыжки на скакалке.	Уметь правильно выполнять отжимание от пола, соблюдать правила игры.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Прыжки с места.	18 09
8	Зачётный урок 1 час	Прыжки с места – на результат. Челночный бег 4х9 метров.	Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги Знать технику выполнения прыжков на скакалке.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Подтягивание на высокой перекладине.(мальчики). Отжимания	19 09

								е от пола (девочки).	
9	Урок-1 час	Подтягивание на высокой перекладине.(мальчики). Отжимание от пола (девочки) Наклон вперед из положения сидя.	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Наклон вперед из положения сидя.	23 09
10	Зачётный урок 1 час	Метание мяча с разбега. На результат. Спортивная игра «Перестрелки».	Уметь выполнять подъем туловища из положения лежа.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Приседания (количество раз/мин) Прыжки через скакалку (кол-во раз).	25 09
11	Урок-1 час	Приседания (количество раз/мин) Прыжки через скакалку (кол-во раз).	Уметь выполнять приседание. Прыжки через скакалку.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Следить за самочувствием при физических нагрузках;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать	Прыжки на скакалке	26 09

							правильность или ошибочность результата		
12	Зачётный урок- 1 час	Челночный бег 4х19 метров на результат(сек). Прыжки на скакалке.	Знать правила техники выполнения челночного бега, и прыжков с места.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Подъем туловища из положения лежа за 1 мин.	30 09
13	Урок- 1 час	Подъем туловища из положения лежа за 1 мин на результат. Броски набивного мяча (1 кг) на дальность разными способами.	Знать правила техники выполнения метание мяча на дальность и прыжков с разбега.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Следить за самочувствием при физических нагрузках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	02 10
14	Зачетный урок- 1 час	Прыжки на скакалке на результат. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на результат.	Знать правила техники выполнения бросков набивного мяча на дальность.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать	Подтягивание. Прыжки с места.	03 10

							правильность или ошибочность результата		
ГТО -1 час.									
15	Зачётный урок- 1 час	Подтягивание. (ГТО).Прыжки с места. Кросс по слабо пересеченной местности до 1 км. Круговая эстафета.		Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках	Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами.	Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата.	Бег 500 м (дево чки), 1000 м (маль чики)	07 10
Кроссовая подготовка 9 часов.									
16	Урок- игра 1 час	Бег 500 м (девочки), 1000 м (мальчики) (мин). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Развитие выносливости	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег 500 м (девочк и), 1000 м (мальч ики)	09 10
17	Урок- игра 1 час	Бег 500 м (девочки), 1000 м (мальчики) (мин). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Правила соревнований. Развитие выносливости	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег 500 м (девочк и), 1000 м (мальч ики).	14 10

18	Урок-эстафета 1 час	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий Бег 15 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий	Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей	Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Бег 15 минут	16 10
19	Урок 1 час	Бег 17 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег 17 минут	17 10
20	Урок-игра 1 час	Бег 18 минут. Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Развитие выносливости	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Правила поведения и техника безопасности на уроках	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег 18 минут.	21. 10
21	Урок-игра	Бег 500 м (девочки) 1000м (мальчики).	Уметь применять	Оценивать собственную	Правила поведения и	Осуществлять продуктивное	Самостоятельно оценивать	Бег 18 минут.	23. 10

	1 час	Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Развитие выносливости	правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой	учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	техника безопасности на уроках	взаимодействие между сверстниками и педагогами	свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата		
22	Урок-игра 1 час	Бег 1000м (девочки) 2000 м. (мальчики). Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Развитие выносливости	Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Характеристика основных физических качеств.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Бег 18 минут.	24. 10
23	Урок-эстафета 1 час	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий Бег 18 минут. Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Развитие выносливости.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег 18 минут.	28. 10
24	Урок-эстафета 1 час	Бег 2000м на результат(Мальчики) на результат. 1000м (девочки) Развитие выносливости.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку	Бег 18 минут.	

				интересы	чередовании с	диалог	друг другу.		
2 четверть. Гимнастика с основами акробатики 13 часов.									
25	Урок-игра 1 час	Техника безопасности на уроках гимнастики Повороты и движения на лево, на право. Длинные кувырки вперёд	Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Лежа на спине ноги согнуты в коленях руки за головой поднимая туловище коснутся локтям и колен. 30 р(м) 25р(д)	
26	Урок-игра 1 час	Два кувырка слитно. Мост из положения, стоя с помощью. Лазание по канату в два приёма.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики	Закрепляют навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекувырки в группировке, упоры;	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Лежа на спине поднимание прямых ног 30р(м) 24р	

				учатся технически правильно выполнять перекаты, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма и правила взаимодействия с игроками				(д).	
27	Урок – 1 час.	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	Выполняют ходьбу и бег по кругу, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют как правильно выполнить кувырок вперед, выполняют кувырок, выполняют задания в круговой тренировке,	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Лежа на животе руки за головой не касаясь локтям и пола руки вверх прогнуться отрывая ноги и прийти в и.п..- 24р (м) 20р (д).	
28	Урок-игра 1 час	Прыжки согнув ноги через козла 115 метров .	Выполнять упражнения на укрепление	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения	Знать правила подвижной игры.	Способность осуществлять коммуникативную	Контролировать учебные действия,	Лежа на спине,	

		Лазание о канату.	мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки.	и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	ую деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	аргументировать допущенные ошибки	ноги влево поднимая ноги перевести вправо (часики).-20р (м) 16р (д).	
29	Урок-1 час.	Кувырки вперёд, назад, стойка на лопатках. Два кувырка вперед слитно.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить стойку на лопатках.	
30	Урок игра. 1 час	Два кувырка вперёд слитно. Мост из положения, стоя с помощью. Лазание по канату в три приёма.	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, выполняют ходьбу на	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики.	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог.	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях.	Прыжки через скакалку вчетверо сложенную вперед и	

			носах по гимнастическо й скамейке разными способами, учатся правильно выполнять и выполняют на результат наклон вперед из положения стоя, повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»					назад.2 5р(м)	
31	Урок-игра. 1-час	Кувьрки вперёд стойка на лопатках. Кувьрки назад в полу шпагат. Мост из положения, стоя без помощи.	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическо м мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание разными	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог	Контролирова ть учебные действия, аргументиров ать допущенные ошибки	Прыжк и через скакалку вчетверо сложен ную вперед и назад.2 5р(м)	

			способами, гимнастические упражнения «мост»; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка» и игру на внимание «Класс						
32	Урок-1 час	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка» на полу и скамейке; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение «мост»	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Лежа на спине, руки вперед к низу пальцы переплетены, продеть правую (левую) ногу не касаясь «кольца», то же сидя, стоя.	

			;повторяют правила и играют в игру «Прокати быстрее мяч»						
33	Урок повторения 1 час	Лазание по канату Стойка на голове (юноши) - зачёт. Мост из положения стоя (девушки)	Знать: значение гимнастических упражнений для развития силовых способностей	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Лежа на спине поднять ноги коснуться коленями справа, затем слева за головой.	
34	Урок-игра 1 час	Лазание по канату (зачёт). Стойка на голове (юноши). Мост из положения стоя (девушки) - зачёт.	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища.	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Мост из положения, лежа на спине.	
35	Урок групповой деятельности	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост	выполнять акробатические элементы раздельно и в	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения,	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-	Способность осуществлять коммуникативную	Согласованно выполнять совместную деятельность	Мост из положения,	

	льнос ти 1 час	из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	комбинации	доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	сосудистой системы.	деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	в игровых ситуациях	лежа на спине	
36	Урок 1-час.	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Приседания на левой и правой ноге без опоры – 10 р (м) 8р (д).	
37	Урок-соревнование 1 час	Кувырки вперёд в стойку на лопатках, стойка на голове с согнутыми ногами (юноши). Мост из положения, стоя без помощи (девушки). Лазание по канату в два приёма.	Развивают ловкость, силу и координацию в лазанье и перелезании по гимнастической стенке; совершенствуют навыки выполнения кувырков вперед и назад; соблюдают правила поведения и	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Прыжки через скакалку вчетверо сложенную вперед и назад. 2 5р(м)	

			предупреждени я травматизма						
Подвижные национальные игры 2-часа.									
38	Урок- игра 1 час	Игра «Лук и стрела».	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.	Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.);	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Уметь взаимодейств овать в команде при проведении подвижных игр	Повтор ить подви жную игру «Борьб а за флажк и»	
39	Урок- игра 1 час	Подвижная игра «Борьба за флажки»	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, соблюдая правила игр и безопасность	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами	Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	Повтор ить правил а игры в баскет бол.	
Спортивные игры (баскетбол) 9 часов.									
40	Вводн ый урок1ч ас	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия	Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых	Повт орить сочет ание прие	

		двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра. Правила игры в баскетбол	игр.	отношения к учению	постановки и решения проблемы.	педагогами	ситуациях	мов ведения, передачи, броска.	
41	Урок-игра 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	Осваивать технические действия основ спортивных игр.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить бросок двумя руками и от головы в прыжке.	
42	Урок соревнования 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	Осваивать Т/б при работе мячом. двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить сочетание приемов передвижений и остановок.	
43	Урок-соревнование 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание	Осваивать универсальные умения в самостоятельно	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация;	Потребность в общении с учителем Умение	Согласованно выполнять совместную деятельность	Повторить бросок	

		приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2х2). Учебная игра.	й организации и проведении спортивных и подвижных игр.	деятельности	действия постановки и решения проблемы.	слушать и вступать в диалог	в игровых ситуациях	одной рукой от плеча в прыжке.	
44	Зачётный урок. 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3х3). Учебная игра.	Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить бросок одной рукой от плеча в прыжке.	
45	Урок-соревнование 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в	Осваивать универсальные умения в самостоятельно й организации и проведения подвижных	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать	Повторить сочетание приемов ведения	

		прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3х3). Учебная игра.	игр.				правильность или ошибочность результата	ия, передачи, броска.	
46	Зачётный урок. 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить броски двумя руками от головы в прыжке	
47	Урок-эстафеты 1 час	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Учебная игра.	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить сочетание приемов ведения, передачи, броска.	
48	Урок-	Сочетание приемов	Излагать	Мотивировать свои	Правила	Осуществлять	Самостоятель	Повт	

	соревнование 1 час	передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2х2). Учебная игра	правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать технические действия из баскетбола	действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	поведения и техника безопасности на уроках.	продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	но оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	орить игру «Лук и стрела»	
3 четверть. Национальные подвижные игры- 2часов.									
49	Урок-эстафета 1 -час	Игра «Лук и стрела»	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность..	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить игру «Борьба за флажки»	
50	Сюжетный урок 1- час	Игра «Борьба за флажки»	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками,	Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей.	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Повторить правила игры в баске	

			метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.					тбол.	
Спортивные игры (баскетбол) 8 часов.									
51-52	Урок игра 1- час	Совершенствование ловли и передачи мяча одной рукой от плеча на месте, в движении. Совершенствование перемещений, ведение мяча в движении. Учебная игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам.	Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать технические действия из баскетбола.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить ловли и передачи мяча одной рукой от плеча на месте	
53	Урок-игра 1 час	Совершенствование техники бросков мяча в кольцо одной и двумя руками с места и в движении. Совершенствование ловли и передачи мяча в парах, тройках без сопротивления защитника. Учебная игра.	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.	Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.);	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	Повторить броски мяча в кольцо одной и двумя руками с	

								места и в движении.	
54	Урок-игра 1 час	Совершенствование индивидуальной техники защиты: вырывание и выбивание мяча. Совершенствование ловли, передачи и ведения мяча с разной высотой отскока, закрепление техники бросков мяча в кольцо одной и двумя руками с места и в движении. Учебная игра.	Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить ловли, передачи и ведения мяча с разной высотой отскока.	
55	Урок-эстафета 1 час	Контрольный урок. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча в движении.	Физические упражнения и их влияние на развитие физических качеств.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Знать упражнения для формирования правильной осанки	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить ведение мяча, броски мяча в кольцо.	
56	Урок-путеш	Совершенствование	Применять правила	Способность к самооценке на	Знать правила подвижной	Осуществлять продуктивное	Согласованные действия с	Повторить	

	ество 1 час	ведения мяча, бросков мяча в кольцо. Развитие координационных качеств. Учебная игра.	техники безопасности на уроках подвижных игр.	основе критериев успешности учебной деятельности	игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	взаимодействи е между сверстниками и педагогами	поведением партнеров; контроль, коррекция.	ведения мяча, бросков мяча в кольцо.	
57	Урок-игра 1 час	Комбинации из освоенных элементов. Техники перемещения и владения мячом, остановка, повороты, ускорения.	Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр.	Повторить технику перемещения и владения мячом, остановка, повороты, ускорения.	
58	Урок-игра 1 час	Комбинации из освоенных элементов. Техники перемещения и владения мячом, остановка, повороты, ускорения.	Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	Повторить технику перемещения и	

								владения мячом, остановка, повороты, ускорения.	
Спортивные игры (волейбол)– 15 часов.									
59	Урок-игра 1 час	Техника безопасности при игре в волейбол. Стойки и передвижения игрока. Верхняя подача мяча. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречах, передачах.	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить технику безопасности при игре в волейбол.	
60	Урок-игра 1 час	Стойки и передвижение игрока. Передача мяч сверху двумя руками в прыжке в парах через зону. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Учебная	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или	Повторить нападающий удар при встречных	

		игра. Развитие координационных способностей					ошибочность результата	перед ачах.	
61	Урок-эстафета 1 час	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками в парах и тройках через сетку. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам.	Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр.	Достижение личносно значимых результатов в физическом совершенстве.	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить нижнюю прямую подачу.	
62	Урок-игра 1 час	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах через зону. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей .	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить нападающий удар при встречных передачах.	
63	Урок-игра 1 час	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в	Осваивать универсальные умения	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой	Правила поведения и техника	Осуществлять продуктивное взаимодействие	Самостоятельно оценивать свои действия	Повторить нападение	

		парах, тройках через зону, через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам	ловкость во время подвижных игр.	ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	безопасности на уроках.	е между сверстниками и педагогами	и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	ающи й удар при встрече перед ачах.	
64	Урок-игра	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить передачу мяча сверху двумя руками.	
65	Урок-игра	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить прием мяча снизу двумя руками.	

		подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.							
66	Урок-игра 1 час	Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата	Повторить прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	
67	Урок-групповой деятельности 1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить прямой нападающий удар после подбрасыва	

		из разученных элементов в парах.						ния мяча партнером.	
68	Урок-игра-1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах.	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить передачу мяча сверху двумя руками.	
69	Урок-игра-1 час	Верхняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить верхнюю прямую подачу мяча.	
70	Урок-соревнование 3 часа	Верхняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить прямой нападающий	

		правилам.			проблемы.			удар после подбрасывания мяча партнером.	
71	Зачётный урок 1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить прием мяча снизу двумя руками в после подачи.	
72	Урок-игра-1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить прием мяча снизу двумя руками в после подачи	

		в парах.						и.	
73	Урок-игра-1 час	Комбинации из разученных элементов передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне через зону. Прием мяча снизу двумя руками в после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Повторить прием мяча снизу двумя руками в после подачи.	
Спортивные игры (футбол)– 5 часов.									
74	Урок-игра-1 час	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	
75	Урок-игра-1 час	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной	Управлять эмоциями в процессе учебной и	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной	Правила поведения и техника безопасности на	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Самостоятельно оценивать свои действия и	Повторить перемещен	

		стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.	игровой	деятельности	уроках.	сверстниками и педагогами	содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	ие в защи тной стойк е спино й вперё д.	
76	Урок-игра-1 час	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	
77	Урок-игра-1 час	Удар внешней частью подъёма. Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Повторить приём катящихся мячей внутр	

		стопы.						енней сторо ной стоп ы.	
78	Урок- игра-1 час	Закрепление удара внешней частью подъёма. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Правила поведения и техника безопасности на уроках.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог вступать в диалог	Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	Повт орить приё м катя щихся я мяче й внутр енней сторо ной стоп ы.	
4 четверть. Кроссовая подготовка 10 часов.									
79	Урок- игра 1 час	Бег в равномерном темпе (15 мин). Бег в гору. Специальные беговые упражнения. Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег в равно мерно м темпе (15 мин).	

		выносливости. ТБ.							
80	Урок-игра 1 час	Бег в равномерном темпе (16 мин). Бег в гору. Специальные беговые упражнения. Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости. ТБ.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег в равномерном темпе (16 мин).	
81	Урок-эстафета 1 час	Бег в равномерном темпе (17 мин). Бег в гору. Специальные беговые упражнения. Преодоление горизонтальных препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости.	Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий	Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей	Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Бег в равномерном темпе (17 мин)	
82	Сюжетный урок 1 час	Бег (18мин). Преодоление горизонтальных препятствий.	Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность	Бег в равномерном темпе (18	

							обосновывать правильность или ошибочность результата	мин)	
83	Урок- 1 час	Бег 500 м (девочки) 1000м (мальчики) .	Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Правила поведения и техника безопасности на уроках	Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами	Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег в равно мерно м темпе (18ми н).	
84	Урок- 1 час	Бег 500 м (девочки) 1000м (мальчики) .	Уметь бегать в равномерном темпе до 5минут	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Правила поведения и техника безопасности на уроках	Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами	Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	Бег в равно мерно м темпе (18 мин)	
85	Урок- 1 час	Бег 500 м (девочки) 1000м (мальчики) на результат.	Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Характеристика основных физических качеств.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать	Контролирова ть учебные действия, аргументиров ать	Бег в равно мерно м темпе	

						поддержку друг другу.	допущенные ошибки	(18 мин)	
86	Урок-1 час	Бег 1000м (девочки) 2000 м. (мальчики).	Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность	Бег в равномерном темпе (18 мин)	
87	Урок-1 час	Бег 1000м (девочки) 2000 м. (мальчики).	Уметь преодолевать препятствия в беге.	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования	Физические качества и их связь с физическим развитием.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет.	Бег в равномерном темпе 19 мин	
88	Урок-1 час	Бег 1000м (девочки) 2000 м. (мальчики).на результат.	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Бег в равномерном темпе (19 мин)	
Легкая атлетика 13 часов.									
89	Урок-1 час	Низкий старт (до 30 м), стартовый разгон, бег по дистанции (70-80 м).	Подбор одежды и обуви для занятий физической	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного	Контролировать режимы физической нагрузки на организм.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и	Контролировать учебные действия, аргументировать	Бег по дистанции (70-	

		Эстафетный бег.	культуры. Формировать потребности к ЗОЖ.	отношения к учению		вступать в диалог	допущенные ошибки	80 м).	
90	Зачетный урок 1 час	Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ.	Правила и технику выполнения челночного бега	Достижение лично-стно значимых результатов в физическом совершенстве.	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Бег по дистанции (70-80 м).	
91	Урок-1 час	Бег на результат 30 м. Бег по дистанции (70-80м). Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательных качеств	Различия в изменении темпа при ходьбе и беге, длины шагов бега и где их можно применять	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Понятие «короткая дистанция», Поиск и выделение необходимой информации	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	Бег по дистанции (70-80м)	
92	Урок-1 час	Бег на результат 60м. Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. Развитие скоростных качеств.	Пробегать в равномерном темпе 4 минуты Выполнять высокий старт с последующим ускорением	Достижение лично-стно значимых результатов в физическом совершенстве.	Выделение и формулирование учебной цели; выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Метание мяча на дальность.	
93	Урок	Прыжок в длину	Уметь	Формирование	Умение	Осуществлять	Согласованно	Пры	

	1 час	способом «согнув ноги» с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. История отечественного спорта.	правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги	социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	структурировать знания Контролировать режимы физической нагрузки на организм.	продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	жок в длину с места.	
94	Урок-1 час	Прыжок в длину с места на результат. Метание мяча на дальность. Развитие скоростно-силовых качеств.	Понятие «короткая дистанция», бег на скорость, бег на выносливость.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Прыжок в длину с места.	
95	Урок 1 час	Прыжок в длину. Метание мяча на дальность с разбега Развитие скоростно-силовых качеств	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Метание мяча на дальность.	
96	Урок-1 час	Прыжок в длину с	Знать правила поведения и	Анализировать и характеризовать	Преобразовывать модели в	Осуществлять продуктивное	Согласованно выполнять	Приседания	

		разбега на результат. Метание мяча на дальность. Развитие скоростно-силовых качеств.	технику безопасности на уроках физической культуры.	эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью.	взаимодействи е между сверстниками и педагогами	совместную деятельность в игровых ситуациях	е. Челн очны й бег 4х9м	
97	Урок-1 час	Приседания (количество раз/мин) Прыжки через скакалку (кол-во раз).	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Следить за самочувствием при физических нагрузках;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Наклон вперед из положения сидя	
98	Урок-1 час	Наклон вперед из положения сидя Челночный бег 4х9 на результат.	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Бег в равномерном темпе 19мин.	
ГТО – 1 час.									
99	Урок-1 час.	Метание мяча на дальность (ГТО). Кросс по слабо пересеченной местности до 1км.	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений	Достижение личносно значимых результатов в физическом совершенстве.	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях.	Метание мяча на дальность.	

					обществу; приобретению новых знаний и умений				
100	Урок- 1 час	Челночный бег 3x10 на результат.	Взаимодейство вать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно- сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами	Согласованны е действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Подт ягива ние на перек ладин е (маль чики) . Отжи мани е от пола (дево чки).	
101	Урок- 1 час	Подтягивание на перекладине (мальчики). Отжимание от пола (девочки).на результат.	Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования	Характеристика основных физических качеств.	Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами	Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата	Накл он впере д из поло жени я сидя	
102	Урок - 1 час	Наклон вперед из положения сидя на	Уметь применять	Анализировать и характеризовать	Стремление выполнять	Осуществлять продуктивное	Самостоятель но оценивать	Подт ягива	

		результат. Подъем туловища лежа.	правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;	социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу.	взаимодействи е между сверстниками и педагогами	свои действия и содержательн о обосновывать правильность.	ние на перек ладин е (маль чики) . Отжи мани е от пола (дево чки).	
--	--	-------------------------------------	--	---	--	--	--	--	--

Лист корректировки рабочей программы

[illegible]

