

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Тыва

Управление образования Администрации Тес-Хемского кожууна

МБОУ Шуурмакская СОШ

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

Иргит

Иргит А.Л.

Приказ №130 от «22»
августа 2023 г.

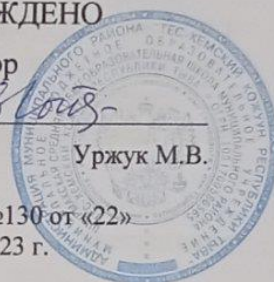
УТВЕРЖДЕНО

Директор

Уржук

Уржук М.В.

Приказ №130 от «22»
августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 7 класса

Шуурмак 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к рабочей программе по физической культуре для учащихся 7 классов.

Рабочая программа разработана на основе авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1- 11 классов»

В. И. Ляха, А. А. Зданевича (Изд. 2-е - Волгоград: Учитель, 2013).

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

Цели и задачи

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

В соответствии с этим, программа физического воспитания учащихся 8 классов своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических **задач**:

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

| № п/п | Вид программного материала | Количество часов (уроков) |
|-------|-------------------------------------|---------------------------|
| 1 | Базовая часть | 75 |
| 1.1 | Основы знаний о физической культуре | 3 |
| 1.2 | Спортивные игры (волейбол) | 18 |
| 1.3 | Гимнастика с элементами акробатики | 18 |
| 1.4 | Легкая атлетика | 21 |
| 1.5 | Лыжная подготовка | 17 |
| 2 | Вариативная часть | 25 |
| 2.1 | Баскетбол | 25 |
| | Итого | 102 |

Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы отводится 945 ч, из расчета 3 ч в неделю с V по IX класс. Вместе с тем, чтобы у учителей физической культуры были условия для реализации их творческих программ и инновационных разработок, индивидуальных педагогических технологий и подходов, программа предусматривает выделение

определенного объема учебного времени — 20 % (70 часов) от объема времени, отводимого на изучение раздела «Физическое совершенствование».

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

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

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

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

Личностные результаты освоения предмета физической культуры

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

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

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

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;

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

В области трудовой культуры:

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

В области эстетической культуры:

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

В области коммуникативной культуры:

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

В области физической культуры:

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

Метапредметные результаты освоения физической культуры

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в

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

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

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

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

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

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;

- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

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

Предметные результаты освоения физической культуры

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

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

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;

- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области эстетической культуры:

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

- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Тесты проводятся 2 раза в год: в начале и конце учебного года

Содержание тестов общефизической подготовленности

1. Прыжок в длину с места.
2. Подтягивание.
3. Поднимание туловища за 30 секунд.
4. Бег 30м
5. Наклон вперед из положения стоя.
6. Бег 1000м.

Распределение программного материала по физической культуре в 7 классах по четвертям

I четверть – уроки № 1-11 - легкая атлетика, уроки №12-20- баскетбол, урок №21 – основы знаний по физической культуре, уроки № 22-27 – волейбол;

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

III четверть - уроки № 49, 78 – основы знаний по физической культуре, уроки № 50, 52-52, 55-56, 58-59, 61-62, 64-65, 67-68, 70-71, 73-74 - лыжная подготовка, уроки № 51, 54, 57, 60, 63, 66 - волейбол; уроки № 69, 72, 75-77 – баскетбол;

IV- четверть - уроки № 79 – 84 - волейбол, уроки № 85-92 - баскетбол, уроки № 93 - 102 - легкая атлетика

Количество контрольных уроков

| | | | | | |
|-------|------------|-------------|--------------|-------------|--------|
| Класс | I четверть | II четверть | III четверть | IV четверть | За год |
| 7 | 2 | 3 | 2 | 1 | 8 |

Учащиеся должны демонстрировать:

| Физические способности | Физические упражнения | Мальчики | | | Девочки | | |
|------------------------|--|-------------------|-----|------|---------|------|------|
| | | «5» | «4» | «3» | «5» | «4» | «3» |
| Скоростные | Бег 60м с высокого старта с опорой на руку, с. | 9,5 | 9,8 | 10,2 | 9,8 | 10,4 | 10,9 |
| Скоростно-силовые | Прыжок в длину с места, см. | 205 | 170 | 150 | 200 | 160 | 140 |
| Выносливость | Бег 2000 м, мин. | Без учета времени | | | | | |
| Координационные | Челночный бег 3x10м, с | 8,3 | 9,0 | 9,3 | 8,7 | 9,5 | 10,0 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя, см | 9 | 5 | 2 | 18 | 10 | 6 |
| Силовые | Подтягивание, раз | 8 | 6 | 3 | 19 | 15 | 8 |

Календарно-тематическое планирование 7 класс

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-----------------------------------|---|---------------|------|---|--|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| Легкая атлетика (11 часов) | | | | | | | | |
| 1. | ИОТ при проведении занятий по физической культуре и легкой атлетике. Техника высокого старта. | 1 нед сент | | Ознакомление учеников с техникой безопасности во время занятий физической культурой, обучение технике высокого старта, стартового разгона | Высокий старт (20-40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (50-60 м). Встречные эстафеты. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Челночный бег (3х10). Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. | Изучают историю легкой атлетики. Рассказывают ТБ. Выполняют бег с максимальной скоростью 30м. | Р: удерживать цель деятельности до получения ее результата; ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено. П: фиксировать результаты освоения двигательных действий; выполнять пробное учебное действие; устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате. К: строить диалогическое высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета; описывать двигательное действие, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию | Оценивать положительный эффект от занятий физической культурой, выражать положительное отношение к процессу освоения новых двигательных действий. |
| 2 | Спринтерский бег. Специальные беговые упражнения | 2 нед сент | | Повторение техники высокого старта. Бег по дистанции (50-60 м). Специальные | Высокий старт (20-40 м). Бег по дистанции (50-60 м). Встречные эстафеты. | Выполняют бег с максимальной скоростью 30м. | Р: уметь выстраивать последовательность действий, выполнять подводящие упражнения. П: воспроизводить по памяти | Оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|------------|------|--|---|--|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | Челночный бег (3 x 10). | | | беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов. | Специальные беговые упражнения. ОРУ. Челночный бег (3 x 10). Развитие скоростных качеств. Правила соревнований. | | информацию (подводящие упражнения, их последовательность) необходимой освоения двигательных действий. К: воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся. | понятий; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. |
| 3 | Бег по дистанции (50-60 м). Тестирование - бег 30 м. | 2 нед сент | | Повторение техники высокого старта. Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. ОРУ. Специальные беговые упражнения, Проведение тестирования по бегу 30 м | Высокий старт (20-40 м). Бег по дистанции (50-60 м). Линейная эстафета. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Челночный бег (3 x 10). Развитие скоростных качеств. | Выполняют бег с максимальной скоростью 30 м. | Р: корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения двигательных качеств с учетом возникших трудностей и ошибок; намечать способы их устранения; П: составлять план действий, направленный на выполнение двигательного действия. К: находить информацию, которая может помочь в освоении двигательных действий | Выражать положительное отношение к процессу освоения новых двигательных действий; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу. |
| 4. | Бег по дистанции (50-60 м). Финиширов | 2 нед сент | | Повторение техники высокого старта. Финиширование. | Высокий старт (20-40 м). Бег по дистанции (50-60 м). | Выполняют бег с максимальной скоростью | Р: анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности. | Получать мышечную радость от занятий физической |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---|-------------------------------|------------|------|---|---|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | ание. | | | Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафетный бег (круговая эстафета). | Финиширование. Линейная эстафета. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Челночный бег (3 x 10). Развитие скоростных качеств. | 60м. | П: выбирать подводящие упражнения, необходимые для достижения результата. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию | культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий. |
| 5. | Бег на результат (60м). | 3 нед сент | | Выполнение бега на результат (60 м). ОРУ.. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафетный бег (круговая эстафета). | Бег на результат (60м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств. | Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений. | Р: осуществлять итоговый контроль двигательного действия и контроль отдельных элементов, подводящих упражнений; оценивать результаты деятельности. П: предлагать собственные нестандартные способы достижения результата К: описывать двигательное действие, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию. | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. |
| <i>Прыжки в длину способом «согнув ноги», метание мяча (4 часа).</i> | | | | | | | | |
| 6. | Прыжок в длину с 9-11 беговых | 3 нед сент | | Обучение технике прыжка в длину с 7-9 шагов. Подбор | Прыжок в длину с 9-11 беговых шагов. Подбор | Применяют прыжковые упражнения. | Р: удерживать цель деятельности до получения ее результата; ставить учебные | Оценивать положительный эффект от занятий |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|------------|------|--|---|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | шагов. Подбор разбега, отталкивание. Метание теннисного мяча на дальность. | | | разбега, отталкивание. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. | разбега, отталкивание. Метание теннисного мяча на дальность и на заданное расстояние. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований по прыжкам в длину. | | задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено. П: фиксировать результаты освоения двигательных действий; выполнять пробное учебное действие К: строить диалогическое высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета; описывать двигательное действие, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию | физической культурой, выражать положительное отношение к процессу освоения новых двигательных действий. |
| 7. | Метание мяча (150 г) с 3-5 шагов на дальность. Тестирование – подтягивание. | 3 нед сент | | Обучение технике прыжка в длину с 7-9 шагов. Подбор разбега, отталкивание, фаза полета и приземление. Повторение техники метания теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов. | Прыжок в длину с 9-11 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча (150 г) с 3-5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. | Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают правила безопасности при метании. | Р: уметь выстраивать последовательность действий, выполнять подводящие упражнения. П: воспроизводить по памяти информацию (подводящие упражнения, их последовательность) необходимой освоения двигательных действий. К: воспринимать речь учителя, одноклассников, опосредованно обращенную к учащемуся. | Оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|------------|------|--|---|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | Правила соревнований по метанию. | | | взаимоотношения с их учетом. |
| 8. | Прыжок в длину с 9-11 беговых шагов, приземление. Метание мяча с 3-5 шагов на дальность. | 4 нед сент | | Повторение техники прыжка в длину с 9-11 беговых шагов, метания теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Провести тестирование по подтягиванию. | Прыжок в длину с 9-11 беговых шагов, приземление. Метание мяча (150 г) с 3-5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. | Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность. | Р: корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения двигательных качеств с учетом возникших трудностей и ошибок; намечать способы их устранения; П: составлять план действий, направленный на выполнение двигательного действия. К: находить информацию, которая может помочь в освоении двигательных действий | Выражать положительное отношение к процессу освоения новых двигательных действий; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу. |
| 9. | Прыжок в длину с разбега на результат. | 4 нед сент | | Выполнение прыжка в длину на результат. Техника выполнения метания мяча с разбега. | Прыжок в длину с разбега на результат. Развитие скоростно-силовых качеств. | Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность. | Р: анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности. П: выбирать подводящие упражнения, необходимые для достижения результата. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, | Получать мышечную радость от занятий физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно- |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|--|---|---------------|------|---|---|---|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | | | обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию | этических понятий. |
| Бег на средние дистанции (2 часа) | | | | | | | | |
| 10 | Бег (1500м). Специальные беговые упражнения Тестирование – бег (1000м). | 4 нед сент | | Выполнение бега (1500м). Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Провести тестирование – бег (1000м). | Бег (1500м). Спортивная игра «Лапта». ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила соревнований в беге на средние дистанции. | Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений. | Р: осуществлять итоговый контроль двигательного действия и контроль отдельных элементов, подводящих упражнений; оценивать результаты деятельности. П: предлагать собственные нестандартные способы достижения результата К: описывать двигательное действие, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию. | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. |
| 11 | Бег (1500м) без учета времени. Спортивная игра «Лапта». | 5 нед сент | | Выполнение бега (1500м - д., 2000м-м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила | | Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений. | Р: <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и | <i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---|--|------------|------|--|---|---|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | соревнований. | | | кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью | находить выходы из спорных ситуаций |
| Спортивные игры. Баскетбол (9 часов) | | | | | | | | |
| 12 | ИОТ при проведении занятий по баскетболу. Повороты с мячом. Тестирование – прыжок в длину с места. | 5 нед сент | | Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Провести тестирование – прыжок в длину с места. Правила игры в баскетбол | Передвижения игрока. Повороты с мячом. Остановка прыжком. | Изучают историю баскетбола. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Соблюдают правила безопасности. | Р: удерживать целевые установки деятельности до получения ее результата (возможно промежуточного). П: воспроизводить по памяти информацию необходимую для освоения тактики игры; К: находить информацию, которая может помочь в освоении тактики игры, строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета | Проявлять интерес к спортивным достижениям своей страны; оценивать положительный эффект от занятий физической культурой |
| 13 | Ведение мяча на месте со средней высотой отскока. | 5 нед сент | | Выполнение ведения мяча на месте со средней высотой отскока. Развитие координационных | Передача мяча двумя руками от груди на месте с пассивным сопротивлением | Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятель | Р: ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; уметь выстраивать последовательность действий, на основе ранее изученных и освоенных элементов; | Получать мышечную радость от занятий физической культурой; оценивать свои и |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|-----------|------|--|---|--|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | Передачи мяча. Тестирование - поднимание туловища за 30 сек. | | | способностей. | защитника. Ведение мяча на месте со средней высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное | ность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.); | П: применять таблицы, схемы для освоения тактики. К: отбирать информацию, соответствующую уровню подготовки команды. | чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий |
| 14 | Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Тестирование – наклон вперед, стоя... | 1 нед окт | | Совершенствовать технику броска двумя руками снизу. Провести тестирование – наклон вперед, стоя... | нападение с изменением позиций. Развитие координационных способностей. Правила баскетбола. | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | Р: выполнять подводящие упражнения; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения тактики игры с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения. П: устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате; К: описывать тактику, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию; воспринимать речь учителя, одноклассников | Осознавать себя членом команды; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. |
| 15 | Ведение мяча в движении с | 1 нед окт | | Совершенствовать ведение мяча с пассивным | Передвижения игрока. Повороты с мячом. | Описывают технику изучаемых | Р: анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) | Выражать положительное отношение к |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|-----------|------|---|---|--|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | низкой высотой отскока. | | | сопротивлением с низкой высотой отскока. | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча одной рукой от плеча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча в | игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | деятельности. П: выполнять задания (приемы) не имеющие однозначного решения; К: выявлять и разрешать конфликты; управлять поведением, корректировать поведение партнёра | процессу освоения тактики игры; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач |
| 16 | Бросок мяча в движении двумя руками от головы. Позиционное нападение с изменением позиций. | 1 нед окт | | Совершенствовать технику броска двумя руками от головы с места, передачи мяча двумя руками от груди на месте. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | движении с низкой высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками от головы. Позиционное нападение с изменением позиций. | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Освоить технику ведения мяча. | Р: уметь выстраивать последовательность действий, на основе ранее изученных и освоенных элементов; П: сравнивать информацию, поступившую из разных источников и выбирать нужную; К: учитывать разные мнения; аргументировано высказывать свое мнение. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; считаться с высказываниями другого человека. |
| 17 | Оценка техники | 2 нед окт | | Выполняют технику ведения | | Уметь выполнять | Р: корректировать деятельность: вносить изменения в | Оценивать свои и чужие поступки с |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|-----------|------|---|--|--|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | ведения мяча в движении с разной высотой отскока и изменением направления. | | | мяча в движении с разной высотой отскока и изменением направления. Совершенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие. | | различные варианты ведения мяча. | процесс освоения тактики игры с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения; П: осознанное и произвольное построение речевого высказывания. К: отбирать информацию, соответствующую уровню подготовки команды. | позиции нравственно-этических понятий; осознавать себя членом команды |
| 18 | Ведение мяча в движении со средней высотой отскока и изменением направления. | 2 нед окт | | | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением на месте. | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | Р: анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности. П: составлять план действий, направленный на достижение конечного результата; К: управлять поведением, корректировать поведение партнёра; учитывать разные мнения | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач |
| 19 | Сочетание приемов: передвижений и остановок, | 2 нед окт | | Совершенствование сочетания приемов передвижений и остановок игрока, | Бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением. Передача мяча | Описывают технику изучаемых игровых приемов и | Р: удерживать целевые установки деятельности до получения ее результата (возможно промежуточного). П: воспроизводить по памяти | Проявлять интерес к спортивным достижениям своей страны; оценивать |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---|--|-----------|------|---|--|--|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | ведения и бросков мяча. | | | ведения мяча с сопротивлением на месте. | одной рукой от плеча на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей. | действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | информацию необходимую для освоения тактики игры; К: находить информацию, которая может помочь в освоении тактики игры, строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета | положительный эффект от занятий физической культурой |
| 20 | Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 х 1). | 3 нед окт | | Разучить бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей. | Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей. | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | Р: ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; уметь выстраивать последовательность действий, на основе ранее изученных и освоенных элементов; П: применять таблицы, схемы для освоения тактики. К: отбирать информацию, соответствующую уровню подготовки команды. | Получать мышечную радость от занятий физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий |
| Знания о физической культуре (1 час) | | | | | | | | |
| 21 | Требования безопасности и и доврачебной помощи во время | 3 нед окт | | Правила страховки и само страховки во время занятий физическими упражнениями. | Требования безопасности и доврачебной помощи во время занятий физической | Изучают требования безопасности и доврачебной помощи во | Р: <i>целесолагание-</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---|---|-----------|------|---|---|---|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | занятий физической культурой и спортом. | | | Инструкция по оказанию первой доврачебной помощи при различных травмах | культурой и спортом. | время занятий физической культурой и спортом. | задавать вопросы, формулировать свою позицию | , инициативу, ответственность, причины неудач. |
| Спортивные игры. Волейбол. (6 часов) | | | | | | | | |
| 22 | ИОТ при проведении занятий по спортивным играм. Волейбол. Стойки и передвижения игрока. | 3 нед окт | | Совершенствовать стойки и передвижения игрока. Развитие координационных способностей. Повторить технику безопасности по волейболу. Играть по упрощенным правилам. | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам. Техника безопасности на уроках по волейболу. | Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол. | Р: удерживать целевые установки деятельности до получения ее результата (возможно промежуточного). П: воспроизводить по памяти информацию необходимую для освоения тактики игры; К: находить информацию, которая может помочь в освоении тактики игры, строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета | Проявлять интерес к спортивным достижениям своей страны; оценивать положительный эффект от занятий физической культурой |
| 23 | Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. | 4 нед окт | | Повторить комбинации из разученных перемещений. Ознакомить с техникой приема и передачи мяча над собой во | | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно | Р: ставить учебные задачи на основе соотнесения того, что уже усвоено; уметь выстраивать последовательность действий, на основе ранее изученных и освоенных элементов; П: применять таблицы, схемы для освоения тактики. К: | Получать мышечную радость от занятий физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|-----------|------|---|--|---|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | встречных колоннах. | | но | отбирать информацию, соответствующую уровню подготовки команды. | нравственно-этических понятий |
| 24 | Нижняя прямая подача мяча. Игра. | 4 нед окт | | Повторить комбинации из разученных перемещений, передачи мяча над собой во встречных колоннах. Совершенствоваться нижнюю прямую подачу, прием подачи. | | Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча | Р: выполнять подводящие упражнения; корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения тактики игры с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения. П: устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате; К: описывать тактику, используя выразительные средства языка и соответствующую терминологию; воспринимать речь учителя, одноклассников | Осознавать себя членом команды; анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. |
| 25 | Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая | 4 нед окт | | Совершенствовать передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку., нижнюю прямую подачу, прием подачи. | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча сверху двумя | Осуществлять судейство игры. Демонстрировать технику передачи мяча двумя руками | Р: анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности. П: выполнять задания (приемы) не имеющие однозначного решения; К: выявлять и разрешать | Выражать положительное отношение к процессу освоения тактики игры; оценивать собственную учебную |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|------------|------|---|--|--|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | подача мяча. | | | | руками после подачи. Нижняя прямая подача мяча. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам. | сверху. | конфликты; управлять поведением, корректировать поведение партнёра | деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач |
| 26 | Прием мяча сверху двумя руками после подачи. | 5 нед окт | | Совершенствовать стойки и передвижения игрока, комбинации из разученных перемещений, прием мяча сверху двумя руками после подачи. | | Описывать технику игровых действий и приемов волейбола. | Р: уметь выстраивать последовательность действий, на основе ранее изученных и освоенных элементов; П: сравнивать информацию, поступившую из разных источников и выбирать нужную; К: учитывать разные мнения; аргументировано высказывать свое мнение. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; считаться с высказываниями другого человека. |
| 27 | Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку. | 1 нед нояб | | Оценка выполнения техники передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Совершенствовать стойки и передвижения игрока, | | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно. | Р: корректировать деятельность: вносить изменения в процесс освоения тактики игры с учетом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения; П: осознанное и произвольное построение речевого высказывания. К: отбирать информацию, соответствующую | Оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий; осознавать себя членом команды |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---|--|------------|------|---|---|--|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | комбинации из разученных перемещений. | | | щую уровню подготовки команды. | |
| Гимнастика (18 часов). Высы. Строевые упражнения. (6 часов). | | | | | | | | |
| 28 | ИОТ при проведении занятий по гимнастике. Строевые упражнения . Подъем переворотом в упор. | 2 нед нояб | | Повторить правила поведения при проведении занятий по гимнастике. Разучить выполнение команд «Пол-оборота направо!», «Пол-оборота налево!». Разучить: подъем переворотом в упор, передвижение в висе (м.). Махом одной ногой, толчком другой подъем переворотом (д.). | Выполнение команд «Пол-оборота направо!», «Пол-оборота налево!». <i>Разучить:</i> подъем переворотом в упор, передвижение в висе (м.). Махом одной ногой, толчком другой подъем переворотом (д.). ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке. Эстафеты. Развитие силовых способностей. | Соблюдают ТБ. Изучают историю гимнастики. Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. | Р: удерживать цель деятельности до получения желаемого результата; П: фиксировать результаты совершенствования техники освоения двигательных действий; К: находить информацию, которая может помочь в совершенствовании техники двигательных действий | Оценивать положительный эффект от совершенствования техники двигательных действий; получать мышечную радость от занятий физической культурой; |
| 29 | Подъем переворотом в упор, | 2 нед нояб | | Разучить подъем переворотом в упор толчком | Выполнение команд «Пол-оборота | Разучивают подъем переворотом в | Р: доводить до автоматизма выполнение отдельных двигательных действий; | Получать мышечную радость от занятий |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|------------|------|---|--|---|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | передвижение в висе (м.). Махом одной ногой, толчком другой подъем переворотом (д.). | | | двумя ногами (м.), махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). | направо!», «Пол-оборота налево!». Подъем переворотом в упор, передвижение в висе (м.). Махом одной ногой, толчком другой подъем переворотом (д.). | упор толчком двумя ногами (м.), махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). | П: знать способы самоконтроля состояния организма; К: отбирать нужную информацию, применять ее с учетом личных качеств и уровня подготовки. | физической культурой; оценивать свои и чужие поступки с позиции нравственно-этических понятий |
| 30 | Подъем переворотом в упор. Упражнения на гимнастической скамейке. | 2 нед нояб | | Повторить подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. | переворотом (д.). ОРУ с гимнастической палкой. Упражнения на гимнастической скамейке. Эстафеты. Развитие силовых способностей. Значение гимнастических упражнений для развития гибкости. | Различают строевые команды, четко выполняют строевые приемы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). | Р: учитывать возможности своего организма; учитывать нормативные и контрольные требования при совершенствовании техники; П: устанавливать причинно-следственные связи между тем, что делаешь и что получаешь в результате;, К: строить высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. |
| 31 | Подтягивания в висе. Выполнение | 3 нед нояб | | Разучить выполнение комбинации на | Выполнение команд: «Полшага!», | Различают строевые команды, | Р: контроль и самоконтроль – осуществлять итоговый и пошаговый контро | Формирование установки на безопасный, |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|------------|------|---|---|--|--|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | ОРУ с гимнастической палкой (5-6 упражнений). | | | перекладине. Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. | «Полный шаг!». Подъем переворотом в упор, передвижение в висе (м.). Махом одной ногой, толчком другой подъем переворотом (д.). Выполнение ОРУ с гимнастической палкой (5-6 упражнений). | чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор. Выполнение ОРУ с гимнастической палкой (5-6 упражнений). | ль по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания | здоровый образ жизни |
| 32 | Подъем переворотом в упор. Эстафеты. | 3 нед нояб | | Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. Висы. Подъем переворотом в упор. Эстафеты. ОРУ с гимнастической палкой. | Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Эстафеты. Развитие силовых способностей. | Повторяют подъем переворотом в упор. Эстафеты. | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|----------------------------------|---|---------------|------|---|--|--|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| 33 | Подтягивания в висе. Выполнение комбинации упражнений на гимнастической скамейке. | 3 нед нояб | | Повторить подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Подтягивание в висе. Выполнение комбинации упражнений на гимнастической скамейке. | Выполнение комбинации упражнений на гимнастической скамейке и ОРУ с гимнастической палкой (5-6 упражнений). Подтягивания в висе. | Уметь демонстрировать технику выполнения упражнений. Подъем переворотом в упор. Выполнение подтягивания в висе. | Р. - волевая саморегуляция, коррекция, оценка качества и уровня усвоения, контроль в форме сличения с эталоном. П. - умение структурировать знания, К. - планирование сотрудничества с учителем и сверстниками. | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| Опорный прыжок. (6 часов) | | | | | | | | |
| 34 | Опорный прыжок способом «согнув ноги» (м.) Прыжок способом «ноги врозь» (д.). | 4 нед нояб | | Разучить: прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок способом «ноги врозь» (д.). Эстафеты. Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей. | Опорный прыжок способом «согнув ноги» (м.) Прыжок способом «ноги врозь» (д.). Выполнение комплекса ОРУ с обручем. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|------------|------|--|---|--|--|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | | здоровья и режим учебной деятельности; | окружающих | |
| 35 | Опорный прыжок. Комплекс ОРУ с обручем. | 4 нед нояб | | Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок способом «ноги врозь» (д.). | | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма. | Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 36 | Опорный прыжок. Эстафеты. | 4 нед нояб | | Повторить прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок способом «ноги врозь» (д.). ОРУ с мячами. Развитие скоростно-силовых | | Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка) | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|------------|------|--|---|--|--|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | способностей. | | | объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах |
| 37 | Выполнение комплекса ОРУ с обручем. Эстафеты. | 5 нед нояб | | Повторить прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок способом «ноги врозь» (д.). ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма. | Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 38 | Оценка техники выполнения комплекса ОРУ с обручем. Опорный | 5 нед нояб | | Повторить прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок способом «ноги врозь» (д.). ОРУ с мячами. | | Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---------------------------------|--|-----------|------|--|---|---|--|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | прыжок. | | | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | | дня, утренняя зарядка) | отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах |
| 39 | Оценка техники выполнения опорного прыжка. | 1 нед дек | | Оценить выполнение техники прыжка способом «согнув ноги» (м.). Прыжок способом «ноги врозь» (д.). ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Выполнение опорного прыжка. ОРУ с обручем. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь демонстрировать выполнение прыжка ноги врозь, выполнение комплекса ОРУ с обручем. | Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| Акробатика. Лазание. (6 часов). | | | | | | | | |
| 40 | Кувырок вперед в стойку на лопатках | 2 нед дек | | Разучить технику кувырка вперед в стойку на лопатках (м.). | Кувырок вперед в стойку на лопатках (м.). Кувырок назад в | Описывают технику акробатических | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее | Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|-----------|------|--|--|--|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | (м.). Кувырок назад в полушпагат. | | | Кувырок назад в полушпагат. | полушпагат. «Мост» из положения стоя без помощи (д.). Лазание по канату в два приема. ОРУ с мячом. Эстафеты. Развитие силовых способностей. | упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений. | осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | деятельности. |
| 41 | Лазание по канату в два приема. ОРУ с мячом. | 2 нед дек | | Совершенствовать лазание по канату в два-три приема, технику выполнения длинного кувырка (м.). Мост (д.) Развитие координационных способностей. | | Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию |
| 42 | Кувырок назад в полушпагат. | 2 нед дек | | Составить комбинации из разученных | | Расширение двигательного опыта за счет | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, | Смыслообразование– самооценка на основе критериев |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|-----------|------|--|---|---|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | «Мост» из положения стоя без помощи (д.). | | | акробатических элементов. ОРУ с мячом. | | упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма. | поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | успешной учебной деятельности. |
| 43 | Акробатическая комбинация . Эстафеты. | 3 нед дек | | Совершенствовать комбинации из разученных акробатических элементов. Лазание. | Кувырок вперед в стойку на лопатках (м.). Кувырок назад в полушпагат. «Мост» из положения стоя без помощи (д.). Лазание по канату в три приема. ОРУ с мячом. Эстафеты. Развитие силовых способностей. | Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|-----------|------|--|---|---|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | | особенности, состояния здоровья | | |
| 44 | Лазание по канату в три приема. ОРУ с мячом. | 3 нед дек | | Преодоление гимнастической полосы препятствий | | Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. |
| 45 | Оценка техники выполнения акробатических упражнений . Лазание по канату на расстояние (6-5-3). | 3 нед дек | | Выполнение на оценку акробатических элементов. | | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно | Смыслообразование– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---------------------------|---|-----------|------|--|---|---|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | | основных систем организма. | оценивать собственное поведение. | |
| Баскетбол (3 часа) | | | | | | | | |
| 46 | Баскетбол. Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 x 1). | 4 нед дек | | Развитие координационных способностей. Разучить технику броска мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 x 1). | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча одной рукой от плеча в парах в движении с пассивным сопротивлением игрока. Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 x 1). Учебная игра. Развитие координационных способностей. | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их в игровой деятельности | Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 47 | Передачи мяча одной рукой от плеча в парах в движении с пассивным сопротивлением игрока. | 4 нед дек | | Выполнить сочетание приемов ведения и передач мяча с пассивным сопротивлением. Личная защита. Учебная игра. | | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро- | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---|---|-----------|------|---|---|--|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | | | вать и отстаивать своё мнение | |
| 48 | Оценка техники броска мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. | 4 нед дек | | Оценка техники броска мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Учебная игра. | | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |
| Знания о физической культуре (1 час) | | | | | | | | |
| 49 | Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью ИОТ при | 2 нед янв | | Ознакомить с правилами поведения при проведении занятий по лыжной подготовке. Контроль за собственным здоровьем, основы | Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью | Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правила соблюдения личной | Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|--|--|-----------|------|---|---|--|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | проведении занятий по лыжной подготовке. | | | самоконтроля за состоянием здоровья. Оценка физического состояния организма и физической подготовленности | | гигиены во время и после занятий | сотрудничества | свободе |
| Лыжная подготовка (17 часов). Волейбол (6 часов). Баскетбол (6 часов) | | | | | | | | |
| 50 | Техника попеременного двушажного хода, одновременного двушажного хода. | 2 нед янв | | Повторить технику попеременного двушажного хода. Техника одновременного двушажного хода. Пройти дистанцию 2 км - с равномерной скоростью. | Освоение техники лыжных ходов. Развитие физических качеств. Техника попеременного двушажного хода и одновременного двушажного хода. Дистанция 2 км с равномерной скоростью. | Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно. | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 51 | Волейбол. Сочетание | 2 нед янв | | Совершенствовать комбинации из | Стойки и передвижения | Расширение двигательного | Р.-формирование умения понимать причины успеха/не- | Развитие самостоятельности |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|--------------|------|--|--|---|--|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | элементов: передвижений, передач, приема мяча. | | | разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Игра по упрощенным правилам. | игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи мяча. Нижняя прямая подача мяча. Эстафеты. Учебная игра. | опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма. | успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 52 | Оценка выполнения техники попеременного двушажного хода. | 3 нед янв | | Оценка выполнения техники попеременного двушажного хода. Прохождение дистанции 3 км. Развитие скоростной выносливости. | Выполнение техники попеременного двушажного хода. Техника одновременного двушажного хода. Дистанция 3 км (переменно: 1 км со средней скоростью и 2 км равномерно.) | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |
| 53 | Техника одновремен | 3 нед янв | | Совершенствование техники | Освоение техники лыжных ходов. | Описывают технику | Р.-определять наиболее эффективные способы | Развитие самостоятельности |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|-----------|------|--|--|---|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | ного одношажного хода. | | | изученных ходов. Техника одновременного одношажного хода. Игра на лыжах «Гонки с выбыванием». | Техника одновременного одношажного и бесшажного ходов. Дистанция 1 км. Развитие скоростной выносливости. | изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно. | достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества | и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 54 | Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игровые задания на укороченной площадке. | 3 нед янв | | Совершенствовать комбинации из изученных перемещений. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игровые задания на укороченной площадке. Игра по упрощенным правилам. | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Игровые задания на укороченной площадке. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам. | Уметь демонстрировать технику одновременных ходов на учебном кругу. | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|--------------|------|---|--|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| 55 | Дистанция 1 км на время. | 4 нед янв | | Совершенствовать технику одновременного одношажного хода (стартовый вариант). Прохождение дистанции 1 км на результат. | Техника одновременного одношажного и бесшажного ходов. Дистанция 1 км на время. | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 56 | Техника одновременного бесшажного хода. | 4 нед янв | | Совершенствовать технику одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции 3 км. | Техника одновременного одношажного и бесшажного ходов. Развитие скоростной выносливости. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|--------------|------|--|---|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| 57 | Волейбол. Оценка техники приема мяча снизу двумя руками через сетку. Эстафеты. | 4 нед янв | | Совершенствовать комбинации из разученных перемещений. Оценка техники приема мяча снизу двумя руками через сетку. Эстафеты. | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Игровые задания на укороченной площадке. Эстафеты. Учебная игра. | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма | Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 58 | Совершенствование техники одновременного одношажного хода. | 5 нед янв | | Совершенствование техники одновременного одношажного хода (стартовый вариант). Прохождение дистанции 4 км. Развитие скоростной выносливости. | Совершенствование техники одновременного одношажного хода. На учебном круге (500 м) повторить ранее пройденные ходы. | Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно. | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|------------|------|--|--|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| 59 | Техника торможений и поворотов. Игры на лыжах. | 1 нед февр | | Разучить технику торможений и поворотов. Игра на лыжах «Как по часам». | Техника передвижений. Игры на лыжах. Круговая эстафета «Пятнашки простые». Развитие физических качеств. | Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно. | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 60 | Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Игра по упрощенным правилам. | 1 нед февр | | Совершенствовать комбинации из разученных перемещений. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Игра по упрощенным правилам.. | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Учебная игра. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|------------|------|---|---|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | Игровые задания на укороченной площадке. Игра по упрощенным правилам. | | | |
| 61 | Оценка выполнения техники одновременных ходов. | 2 нед февр | | Совершенствование техники скользящего шага при подъеме в гору. Оценка выполнения техники одновременных ходов. Прохождение дистанции 2 км. | Оценка выполнения техники одновременных ходов. Игра «Пятнашки на лыжах». Развитие физических качеств. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 62 | Техника спусков и подъемов на склонах. | 2 нед февр | | Совершенствование техники спусков и подъемов на склонах. Игра «С горки на горку». | Техника спусков и подъемов на склонах. «Скользи дальше». Дистанция 2 км со средней скоростью. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|------------|------|---|--|--|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | | | поведение и поведение окружающих | |
| 63 | Волейбол. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Учебная игра. | 2 нед февр | | Совершенствоваться нападающий удар после подбрасывания партнером. Учебная игра. | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Учебная игра. Игровые задания на укороченной площадке. Игра по упрощенным правилам. | Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.); | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |
| 64 | Совершенствование техники подъема в гору - | 3 нед февр | | Совершенствование техники спусков и подъемов на склонах. Игра | Совершенствование техники подъема в гору - скользящим шагом. Развитие | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|------------|------|---|--|--|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | скользящим шагом. | | | «Спуски вдвоем». | скоростной выносливости: повторные отрезки 2-3 раза х 300 м. | ных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма | неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 65 | Прохождение дистанции 2 км на время. | 3 нед февр | | Прохождение дистанции 2 км на результат. Совершенствование техники подъема в гору - скользящим шагом. | Спуск с метанием снежков. Эстафета с преодолением препятствий. Развитие физических качеств. | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 66 | Волейбол. Игровые задания на укороченной площадке. Игра по упрощенным правилам. | 3 нед февр | | Совершенствование техники прямого нападающего удара после подбрасывания партнером. Игра по упрощенным | Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками | Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществ- | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|------------|------|---|--|---|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | правилам. | после подачи. Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игровые задания на укороченной площадке. | зарядка, оздоровительные мероприятия | лять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | из спорных ситуаций |
| 67 | Совершенствование техники подъемов и спусков на склонах. Игра «Спуски вдвоём». | 4 нед февр | | Совершенствование техники спусков и подъемов. Торможение и повороты «плугом». Развитие скоростной выносливости. | Совершенствование техники подъемов и спусков на склонах. Игра «Спуски вдвоём». Продолжить развивать скоростную выносливость - 2-3 раза по 500 м. | Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол. | Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты | Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей |
| 68 | Лыжные гонки. Свободный стиль. | 4 нед февр | | Применение техники изученных классических ходов в зависимости от | Провести соревнование: девочки - дистанция 2 км, мальчики - дистанция 3 км. | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базо- | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|------------|------|---|---|---|--|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | рельефа местности. | Свободный стиль. | осваивают их самостоятельно | выми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 69 | Баскетбол. Бросок мяча одной рукой от плеча с места с сопротивлением. | 4 нед февр | | Совершенствовать сочетание приемов ведения, передач и бросков. Бросок мяча одной рукой от плеча с места с сопротивлением. | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча одной рукой от плеча в парах в движении с пассивным сопротивлением игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 x 1). Учебная игра. Развитие координационных способностей. | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |
| 70 | Совершенствование ранее | 5 нед февр | | Совершенствовать технику ранее изученных ходов. | Совершенствован ранее изученных ходов. | Овладение основами технических | Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- | Развитие самостоятельности и личной |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|------------|------|---|--|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | изученных ходов. Игра «Подними предмет». | | | Игра «Подними предмет». Пройти дистанцию 3 км со средней скоростью. Развитие физических качеств. | Игра «Подними предмет». Пройти дистанцию 3 км со средней скоростью. Развитие физических качеств. | действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта | овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества | ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 71 | Обучение технике конькового хода (свободный стиль). | 1 нед март | | Обучение технике конькового хода (свободный стиль). Эстафета с преодолением препятствий. | Обучение технике конькового хода (свободный стиль). Эстафета с преодолением препятствий. | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 72 | Баскетбол. Быстрый прорыв (2 х 1). Учебная игра. | 1 нед март | | Совершенствование сочетания приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча одной рукой от | Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча одной рукой от плеча в парах в | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их | Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия | Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|------------|------|--|---|---|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | плеча в парах в движении с пассивным сопротивлением игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 x 1). Учебная игра. | движении с пассивным сопротивлением игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 x 1). Учебная игра. Развитие координационных способностей. | самостоятельно | решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества | понимания и сопереживания чувствам других людей |
| 73 | Совершенствование техники конькового хода. | 2 нед март | | Совершенствование техники конькового хода. Прохождение дистанции 3 км с переменной скоростью. Сдача текущих задолженностей. | Совершенствование техники конькового хода. Прохождение дистанции 3 км на время. | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Выражать положительное отношение к контролю результатов обучения; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. |
| 74 | Техника | 2 нед | | Совершенствование | Совершенствование | Овладение | Р.-определять наиболее | Развитие |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|------------|------|--|--|---|--|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | конькового хода. Гонка с выбыванием. | март | | ие техники конькового хода. Прохождение дистанции 4 км с переменной скоростью. Сдача текущих задолженностей. | ие техники конькового хода. Прохождение дистанции 4 км с переменной скоростью. Сдача текущих задолженностей. Развитие физических качеств. | основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности | эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества | самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 75 | Передачи мяча в тройках со сменой места. Штрафной бросок. | 2 нед март | | Совершенствовать сочетание передвижений и остановок. Передачи мяча в тройках со сменой места. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания (2 х 2, 3х3). Учебная игра. | Сочетание приемов передвижений и остановок. Передачи мяча в тройках со сменой места. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания (2 х 2, 3х3). Учебная игра. Развитие | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 76 | Бросок мяча | 3 нед | | Совершенство- | игра. Развитие | Овладение | Р.-осуществлять взаимный | Развитие |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|------------|------|--|--|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Игровые задания (2х2, 3х3). | март | | вать сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Игровые задания (2 х2, 3х3). | координационных способностей. | основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности | контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества | этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей |
| 77 | Оценка техники передач мяча в тройках со сменой места. | 3 нед март | | Провести оценку техники передач мяча в тройках со сменой места. Совершенствовать сочетание приемов ведения, передачи, броска. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Игровые задания (2 х2, 3х3). | Сочетание приемов передвижений и остановок. Передачи мяча в тройках со сменой места. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания (2 х1, 3х1). Учебная | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---|---|------------|------|---|---|--|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | игра. Развитие координационных способностей. | | | |
| Знания о физической культуре (1 час) | | | | | | | | |
| 78 | Измерение резервов организма и состояния здоровья (с помощью простейших функциональных проб). | 3 нед март | | Значение функциональных проб. Определение функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем. | Измерение резервов организма и состояния здоровья (с помощью простейших функциональных проб). | Овладение навыками измерения резервов организма и состояния здоровья (с помощью простейших функциональных проб). | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Выражать положительное отношение к контролю результатов обучения; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. |
| Волейбол (6 часов). | | | | | | | | |
| 79 | Волейбол. Стойки и передвижения игрока. Комбинации из освоенных | 5 нед март | | Совершенствовать стойки и передвижения игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием | Стойки и передвижения игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием - передача – удар). | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|------------|------|--|--|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | элементов (прием - передача – удар). | | | - передача – удар). Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. | Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам. | основных физических качеств | ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | |
| 80 | Оценка техники нижней прямой подачи мяча. | 5 нед март | | Выполнить на оценку технику нижней прямой подачи мяча. Комбинации из освоенных элементов (прием - передача – удар). | | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности | Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 81 | Нападающий удар после подбрасывания | 5 нед март | | Совершенствовать технику передач и приема мяча снизу. Нападающий удар | Стойки и передвижения игрока. Комбинации из освоенных | Описывают технику изучаемых игровых приемов и | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали- | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|-----------|------|--|--|--|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | партнером. | | | после подбрасывания партнером. Комбинации из освоенных элементов (прием - передача – удар). | элементов (прием - передача – удар). Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам. | действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | зации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 82 | Комбинации из освоенных элементов (прием - передача – удар). Игра по упрощенным правилам. | 1 нед апр | | Совершенствовать нападающий удар после подбрасывания партнером. Комбинации из освоенных элементов (прием - передача – удар). | | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты | Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей |
| 83 | Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игра по упрощенным правилам. | 1 нед апр | | Совершенствовать технику передач и приема мяча снизу. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Комбинации из | | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|----------------------------|--|-----------|------|---|--|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | освоенных элементов (прием - передача – удар). | | устраняя типичные ошибки. | процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | социальной справедливости и свободе |
| 84 | Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам. | 1 нед апр | | Освоить тактику свободного нападения. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Провести игру по упрощенным правилам. | | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |
| Баскетбол (8 часов) | | | | | | | | |
| 85 | Баскетбол. Передача мяча в тройках со сменой места Игровые задания (2 х 2, 3 х 2). | 2 нед апр | | Разучить передачи мяча в тройках со сменой места Игровые задания (2 х 2, 3 х 2). Совершенствовать технику штрафного броска. | Сочетание приемов передвижений и остановок. Передача мяча в тройках со сменой места. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их | Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия | Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|-----------|------|---|--|--|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Игровые задания (2 х 2 3 х 2). Учебная игра. | игровой и соревновательной деятельности | физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью | из спорных ситуаций |
| 86 | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Учебная игра. | 2 нед апр | | Совершенствовать сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Учебная игра. | | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение | Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя) |
| 87 | Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания (2 х | 2 нед апр | | Совершенствовать технику броска мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. | Сочетание приемов передвижений и остановок. Передача мяча в тройках со сменой места. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекват- | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|-----------|------|---|--|--|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | 2, 3 х 3). Тестирование - поднимание туловища. | | | | сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3). Учебная игра. Развитие координационных способностей. | пользовать их игровой деятельности | но оценивать собственное поведение и поведение окружающих | |
| 88 | Штрафной бросок. Игровые задания (3 х 1, 3 х 2). | 3 нед апр | | Совершенствовать технику штрафного броска. Игровые задания (3 х 1, 3 х 2). | Сочетание приемов передвижений и остановок. Передача мяча в тройках со сменой места. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания (3 х 1, 3 х 2). Учебная игра. Развитие координационных способностей. | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты | Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей |
| 89 | Передача мяча в тройках со сменой места. Игровые задания (3 х 1, 3 х 2). | 3 нед апр | | Совершенствовать передачи мяча в тройках со сменой места. Игровые задания (3 х 1, 3 х 2). | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражаю- | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|-----------|------|---|---|--|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | | видов спорта, умением использовать их игровой деятельности | цими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | нормах, социальной справедливости и свободе |
| 90 | Оценка техники штрафного броска. Учебная игра. Тестирование – подтягивание. | 3 нед апр | | Выполнить на оценку технику штрафного броска. Учебная игра. Провести тестирование – подтягивание. | | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями; К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |
| 91 | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Тестирование – прыжок в длину с места. | 4 нед апр | | Совершенствовать сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча.. Провести тестирование – прыжок в длину с места. | Сочетание приемов передвижений и остановок. Передача мяча в тройках со сменой места. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревнователь | Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями,. К: инициативное сот- | Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---|--|-----------|------|--|--|--|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | приемов ведения, передачи, броска мяча. Нападение быстрым прорывом (2x1, 3x1). Учебная игра. Развитие координационных способностей. | ной деятельности | рудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью | |
| 92 | Нападение быстрым прорывом (2x1, 3x1). Тестирование – наклон вперед, стоя... | 4 нед апр | | Совершенствовать нападение быстрым прорывом (2x1, 3x1). Провести тестирование – наклон вперед, стоя... | | Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры) | Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение | Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя) |
| Легкая атлетика (10 часов). Спринтерский бег. Эстафетный бег. (5 часов). | | | | | | | | |
| 93 | ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Высокий старт 30 м. | 4 нед апр | | Повторение правил поведения при проведении занятий по легкой атлетике, техники высокого старта (30-40 м). Стартовый разгон. (передача эстафетной палочки). | Высокий старт (20-40 м). Бег по дистанции (50-60 м). Эстафеты. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Челночный бег (3 x 10). Развитие скоростных качеств. | Выполняют бег с максимальной скоростью 30м. | Р. -формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями К. - умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 94 | Бег по | 1 нед | | Совершенство- | Высокий старт | Выполняют | Р: целеполагание: формулирова | Смыслообразова- |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|-----------|------|--|--|---|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | дистанции (50-60 м). Челночный бег (3 x 10). | май | | вать бег по дистанции (50-60 м). Челночный бег (3 x 10). Эстафетный бег | (20-40 м). Бег по дистанции (50-60 м). Эстафеты. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Челночный бег (3 x 10). Развитие скоростных качеств. Правила соревнований. | бег с максимальной скоростью 40-50м. | ть и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью | ние– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 95 | Бег 60 м. (2 - 3 повторения) . Тестирование - бег 30м. | 1 нед май | | Выполнить Бег 60 м. (2 - 3 повторения). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Тестирование - бег 30м. | | Выполняют бег с максимальной скоростью 30м. | Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать | Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя) |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|--------------|------|---|---|---|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| | | | | | | | собственное мнение | |
| 96 | Бег по дистанции (50-60.м). Финиширование. Эстафеты. | 2 нед май | | Совершенствование техники бега по дистанции (50-60.м). Финиширование. Эстафеты. | Высокий старт (20-40 м). Бег по дистанции (50-60.м). Финиширование. Эстафеты. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Челночный бег (3 х 10). Развитие скоростных качеств. Правила соревнований. | Выполняют бег с максимальной скоростью 60м. | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 97 | Бег на результат (60 м). Эстафеты. | 2 нед май | | Выполнить бег на результат (60м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Эстафеты. | Бег на результат (60 м). Эстафеты. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростных качеств. | Выполняют бег с максимальной скоростью 60м | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |

Прыжок в высоту. Метание малого мяча. (5 часов).

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|--|-----------|------|--|---|---|---|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| 98 | Прыжок в высоту с 9-11 беговых шагов способом «перешагивание». Метание мяча (150 г.) | 3 нед май | | Совершенствовать метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность, технику прыжка в высоту с 9-11 беговых шагов. Оттачивание. ОРУ. Бег на развитие выносливости. | Прыжок в высоту с 9-11 беговых шагов способом «перешагивание». Метание мяча (150 г.) на дальность с 3-5 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения. | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств | Р: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию | <i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения |
| 99 | Метание мяча (150 г.) на дальность с 3-5 шагов. Тестирование – бег (1000м). | 3 нед май | | Совершенствовать метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность, технику прыжка в высоту с 9-11 беговых шагов. Провести тестирование – бег (1000м). | Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований. | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма | Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания | <i>Самоопределение</i> – осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов |
| 10 | Прыжок в | 3 нед | | Совершенство- | | Расширение | Р: <i>целеполагание</i> формулирует | <i>Смыслообразова-</i> |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|---------|--|--------------|------|--|---|--|---|--|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| 0 | высоту с 9-11 беговых шагов способом «перешагивание». ОРУ. | май | | вать технику прыжка в высоту с 9-11 шагов разбега способом «перешагивание». Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. | | двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма | ь и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью | <i>ние</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 10 1 | Оценка техники метания мяча с разбега. Специальные беговые упражнения. | 4 нед май | | Оценка метания теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Переход планки. Приземление. | | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, | Р: <i>целеполагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию | <i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения |
| 10 | Оценка | 4 нед | | Оценка техники | | Прыжок в высоту | Расширение | Р. - овладение способностью |

| № п/п | Тема урока | План | Факт | Основное содержание (решаемые проблемы) | Виды деятельности – элементы содержания | Планируемые образовательные результаты | | |
|-------|---|------|------|---|---|--|--|---|
| | | | | | | Предметные | Метапредметные УУД | Личностные |
| 2 | техники прыжка в высоту. Метание мяча на дальность. | май | | прыжка в высоту с 9- 11 беговых шагов. Специальные беговые упражнения Провести соревнования по легкой атлетике. | с 9-11 беговых шагов способом «перешагивание». Метание мяча (150 г.) на дальность с 3-5 шагов в коридор. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований. | двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма | принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности | учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |

Перечень учебно-методического обеспечения

Учебно-методический комплект

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

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

Учебники:

Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич

Физическая культура 8 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И. Ляха А.А. Зданевича

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

Пособия для учащихся:

Л. Е. Любомирский, В. И. Лях, Г. Б. Мейксон "Физическая культура". Учебник для учащихся 5-7 классов и 8-9 классов.

Пособия для учителя:

- Жилкин А. И. и др. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003.

- Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы. Универсальное издание. – М.: ВАКО, 2005. – (В помощь школьному учителю).

- Настольная книга учителя физической культуры :: справ.- метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. - М.: ООО «Изд-во АСТ»: 2003.

- Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры /под ред. Э. Найминова. – М., 2001.

- Практикум по лёгкой атлетике /под ред. И.В. Лазарева, В.С. Кузнецова, Г.А. Орлова. – М., 1999.

- Лёгкая атлетика в школе /под ред. Г.К. Холодова, В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого. – М., 1998.

- Спортивные игры на уроках физкультуры /ред. О. Листов. – М., 2001.

- Журнал «Спорт в школе»

- Журнал «Физическая культура в школе».

- Урок в современной школе /ред. Г.А. Баландин, Н.Н. Назаров, Т.Н. Казаков. – М., 2004.

Нормативные документы:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. т 21.04.2011 г.);

- Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 г. № 751;

- базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации. Приказ МО РФ от 09.03.2004 г. № 1312 (ред. от 30.08.2010 г.);

-Обязательный минимум содержания начального образования. Приказ МО РФ от 19.05.1998 г. № 1235;

- Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года. Распоряжение правительства РФ от 07.08.2009 г. № 1101-р;
- О проведении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010 г. № 06-499;

Сайты

- <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
- <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"
- <http://www.sportreferats.narod.ru/> Рефераты на спортивную тематику.
- <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.
- <http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index.htm> - Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.
- <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»

Материально-техническое обеспечение

Учебно-методическое обеспечение:


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

Технические средства:

- аудиоцентр

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

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

Прочитано, прочтено и
закрыто печатью 11 листов
Дата 21.11.2022г.
МБОУ Школа № 30
Директор школы  Урмаев М. В.