

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 24»

Рассмотрено
на заседании ШМО
протокол № 1
от 26. 08. 2016 г.

Согласовано
зам. Директора по УВР
29.08.2016 г.

Утверждено
приказом
МБОУ СОШ № 24
№ 113/1 от 01.09.2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

5-9 класс

Составитель:

Шауро О.А.,
учитель физкультуры.

Высшая категория

Пояснительная записка.

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №24» с учётом Примерной программы основного общего образования по физической культуре для 5-9 классов, с опорой на Федеральный перечень учебников УМК А.П. Матвеев 5-9 класс Москва «Просвещение» 2015 г.

Рабочая программа ориентирована на учебники

Физическая культура «Рабочая программа. Предметная линия учебников А.П. Матвеева 5-9 классы». Издательство «Просвещение», 2012 г.

- ✓ А.П.Матвеев «Физическая культура», учебник для обучающихся 5 класса, М. «Просвещение» 2015 г.
- ✓ А.П.Матвеев «Физическая культура», учебник для обучающихся 6 -7 классов, М. «Просвещение» 2015 г.
- ✓ А.П.Матвеев «Физическая культура», учебник для обучающихся 8 - 9 классов, М. «Просвещение» 2015 г

Срок реализации рабочей программы 5 лет

Планируемые результаты

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные

а) 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.

б) 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) 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.

г) эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно со-хранять 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.

д) 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.

е) 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

а) в области познавательной культуры:

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

б) 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) трудовой культуры:

в) 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.

г) 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.

д) 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.

е) 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

в области

а) 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.

б) 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) трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

г) 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.

д) коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;
- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;
- способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

е) 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.

Регулятивные УУД

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные

результаты;

- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать

изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;

- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Познавательные УУД

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от

частных явлений к общим закономерностям;

- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

8. Смысловое чтение. Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный, текст non-fiction);
- критически оценивать содержание и форму текста.

9. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:

- определять свое отношение к природной среде;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;
- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;
- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

10. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

Коммуникативные УУД

11. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

Предметные знания о физической культуре

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Выпускник научится:

- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать их технику умения последовательно чередовать в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности;
 - выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Тематическое планирование уроков 5 класса

№	Название темы	Всего часов	Планируемые результаты		
			Предметные	Метапредметные УУД	ЛичностныеУУД
	Лёгкая атлетика	12			
1	Организационно-методические указания. Инструктаж по охране труда	1	Знать и понимать требования инструкций по технике безопасно выполнения специальных беговых упражнений; научиться пользоваться учебником сти;	Коммуникативные: формировать навыки и способность управлять своими эмоциями в процессе занятий физической культурой, владеть умением предупреждать конфликтные ситуации. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: объяснять, для чего нужно соблюдать правила техники безопасности, уметь показать технику выполнения специальных беговых упражнений	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний
2	Развитие скоростных способностей.	1	Знать правила выполнения комплекса общеразвивающих упражнений; научиться выполнять строевые упражнения	Коммуникативные: формировать навыки и способность управлять своими эмоциями в процессе занятий физической культурой, владеть умением предупреждать конфликтные ситуации. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: объяснять, для чего нужно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений; уметь показать технику выполнения специальных беговых упражнений, демонстрировать стартовый разгон в беге на короткие дистанции	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
3	Эстафетный бег.Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей	1	Знать, как выполнять бег с максимальной скоростью до 50 м с низкого и высокого старта	Коммуникативные: уметь точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: объяснять, для чего	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

				нужно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений; уметь показать технику выполнения специальных беговых упражнений, положения различных стартов	
4	Развитие скоростных способностей. Тестирование бега на 30 м	1	Знать, как выполнять бег с максимальной скоростью на дистанции 30 м	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение к товарищам и учителю, адекватно реагировать на замечания. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь демонстрировать бег с максимальной скоростью, демонстрировать финальное усилие	Развитие мотивов учебной деятельности, способности управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой
5	Развитие выносливости.	1	Знать, как проводить общеразвивающие упражнения в движении, специальные беговые упражнения, технику бега на 1000 м	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение к товарищам и учителю, адекватно реагировать на замечания. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь пробегать дистанцию в равномерном темпе, демонстрировать финальное усилие	Развитие мотивов учебной деятельности, способности управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой
6	Развитие выносливости.	1	Знать, как проводить общеразвивающие упражнения в движении, специальные беговые упражнения, технику бега на 1000 м	Коммуникативные: точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: выполнять метание малого мяча в горизонтальную цель; уметь демонстрировать финальное усилие, технику метания мяча в цель	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре
7	Развитие выносливости.	1	Знать, как выполнять бег в равномерном темпе до 10-15 мин, частоту сердечных сокращений	Коммуникативные: точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой. Регулятивные: формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. Познавательные: уметь пробегать дистанцию в равномерном	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре второе выполнение бега на 1000 м в равномерном темпе в

				темпе	подгруппах; самостоятельное проведение подвижных игр при консультативной помощи учителя
8	Развитие силовых качеств.	1	Знать, как проводить общеразвивающие упражнения в парах; знать технику выполнения прыжка в длину с места, технику метания малого мяча	<i>Коммуникативные:</i> точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой. <i>Регулятивные:</i> формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <i>Познавательные:</i> уметь пробегать дистанцию в равномерном темпе, демонстрировать технику пройденных легкоатлетических упражнений в целом	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре
9	Развитие силовых качеств.	1	Знать, как выполнять технику метания малого мяча на дальность, как выполнять прыжок в длину с места	<i>Коммуникативные:</i> обладать умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять общеразвивающие упражнения в парах, демонстрировать технику пройденных легкоатлетических упражнений в целом	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества, умения не создавать конфликты
10	Развитие силовых качеств.	1	Знать, как выполнять метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели	<i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять технику метания малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели, демонстрировать технику пройденных легкоатлетических упражнений в целом	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем
11	Сдача зачетов,	1	Знать, как выполнять бег в равномерном темпе до 10-15 мин, как выполнять прыжок в длину с места	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять

				объяснять и выполнять физические упражнения на тестирование физических качеств	полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
12	Сдача зачетов,	1	Знать, как выполнять бег в равномерном темпе до 10—15 мин	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь объяснять и выполнять физические упражнения на тестирование физических качеств	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
	Баскетбол	15			
13(1)	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Стойки и передвижения игрока. Развитие координационных способностей	1	Знать, как выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещение в стойке, остановка, повороты знать терминологию игры в баскетбол	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> знать технику безопасности на занятиях по спортивным и подвижным играм, уметь выполнять комплекс упражнений с мячом	Развитие мотивов учебной деятельности, формирования личностного смысла учения, развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений
14(2)	Стойки и передвижения игрока. Развитие координационных способностей	1	Знать, как выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещение в стойке, остановка, повороты	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия товарищей, педагога. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять комплекс упражнений с мячом; знать и уметь выполнять технику передвижений и стоек игрока в баскетболе	Развитие мотивов учебной деятельности, способности управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие доброжелательности, отзывчивости и сопереживания чувствам других людей

15(3)	Стойки и передвижения игрока. Развитие координационных способностей	1	Знать, как выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещение в стойке, остановка, повороты)	<i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь передвигаться в стойке баскетболиста, выполнять остановку после передвижения; знать основные правила игры	Развитие мотивов учебной деятельности, формирования личностного смысла учения, установки на безопасный и здоровый образ жизни
16(4)	Ловля и передача мяча. Развитие координационных способностей	1	Знать, как выполнять различные варианты ловли и передачи мяча; знать основные правила и приемы игры	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать друг друга и учителя, владеть культурой речи, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <i>Познавательные:</i> знать и уметь выполнять технику ловли и передачи баскетбольного мяча на месте и в движении	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
17(5)	Ловля и передача мяча. Развитие координационных способностей	1	Знать, как выполнять различные варианты ловли и передачи мяча; знать основные правила и приемы игры	<i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уметь слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> уметь контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять комплекс упражнений в движении, корректировать технику выполнения изученных элементов баскетбола	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного отношения к культуре других народов
18(6)	Ловля и передача мяча. Развитие	1	Знать, как можно корректировать технику	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в	Развитие мотивов учебной деятельности, умения

	координационных способностей		выполнения ловли и передачи мяча; владеть терминологией баскетбола	устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, определять новый уровень отношения к своим действиям. Познавательные: уметь самостоятельно проводить и корректировать технику выполнения изученных упражнений по баскетболу, знать терминологию баскетбола	обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности
19(7)	Ведение мяча. Основные правила и приемы игры. Развитие координационных способностей	1	Знать, как выполнять ведение мяча различными способами; знать основные правила игры	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; уметь брать на себя инициативу в организации совместной деятельности, сохранять уважительное и толерантное отношение друг к другу. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: знать и уметь выполнять комплекс упражнений для рук и плечевого пояса, объяснять основные правила и приемы игры в баскетбол	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
20(8)	Ведение мяча. Основные приемы игры. Развитие координационных способностей		Знать, как играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов, формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений на осанку, демонстрировать технику игры в мини-баскетбол	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
21(9)	Ведение мяча. Основные приемы игры. Развитие		Знать, как играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении

	координационных способностей		технические действия	собственное мнение. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять пошаговый и итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять эстафеты с элементами спортивных игр, подводить итоги четверти	тестовых упражнений по физической культуре .
22(10)	Бросок мяча. Развитие координационных качеств		Знать, как выполнять бросок мяча в кольцо разными способами, как выполнять различные варианты ловли и передачи мяча	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать друг друга и учителя, владеть культурой речи, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять технику броска мяча в кольцо одной и двумя руками с места	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
23(11)	Бросок мяча. Развитие координационных качеств		Знать, как играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	<i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уметь слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> формировать умение контролировать свою деятельность по результату, уметь сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять комплекс упражнений с мячом, демонстрировать технику игры в баскетбол	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
24(12)	Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств		Знать и уметь объяснять тактические действия игроков, используя терминологию баскетбола	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению учителя. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять специальные беговые	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; развитие самостоятельности в принятии собственных решений

				упражнения, ведение и ловлю мяча; знать тактические действия игроков в баскетболе	
25(13)	Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств		Знать, как играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов, формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату; адекватно оценивать свои действия и действия товарищей. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять комплекс упражнений с мячом, знать тактику взаимодействия двух игроков, основные правила и приемы игры в баскетбол	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве
26(14)	Игровые задания. Развитие физических качеств		Знать, как проводить специальные упражнения с мячом, игровые задания, уметь применять в игре защитные действия	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять комплекс упражнений для рук и плечевого пояса, челночный бег, игровые задания	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
27(15)	Игровые задания.		Знать, как проводить специальные упражнения с мячом, игровые задания, уметь применять в игре защитные действия	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

				комплекс упражнений для рук и плечевого пояса, челночный бег, игровые задания	представлений о нравственных нормах
	Гимнастика	11			
28(1)	Техника безопасности на уроках гимнастики. Развитие координационных способностей	1	Знать технику безопасности на уроках гимнастики; знать, как выполнять строевые упражнения	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов; формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь объяснить технику безопасности на занятиях по гимнастике	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей
29(2)	Акробатические упражнения. Развитие гибкости, координационных способностей.	1	Знать, как выполнять кувырки вперед и назад, гимнастический мост, стойку на лопатках	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения. <i>Регулятивные:</i> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее с соответствии с требованиями. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять гимнастический мост, стойку на лопатках, кувырки вперед и назад	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
30(3)	Акробатические упражнения. Развитие гибкости	1	Знать технику выполнения кувырка вперед и назад, стойки на лопатках, гимнастического моста	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь объяснять и демонстрировать технику выполнения кувырка вперед и назад т ■	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
31(4)	Строевые упражнения. Развитие координации,	1	Знать, как выполнять упражнения на скамейке; знать технику выполнения простого	<i>Коммуникативные:</i> обладать умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой,

	силовых качеств. Висы		виса	опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять упражнения на скамейке и простой вис	накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей
32(5)	Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств. Висы	1	Знать, как выполнять простой вис, проходить гимнастическую полосу препятствий	<i>Коммуникативные:</i> обладать умением вести дискуссию, обсуждать содержание упражнений в простом висе, проходить гимнастическую полосу препятствий и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве и в ис
33(6)	Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств. Висы	1	Знать, как выполнять упражнения на растяжку, упражнения в простом висе	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять упражнения в простом висе, проходить гимнастическую полосу препятствий	Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья
34(7)	Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств. Висы	1	Знать, как выполнять акробатические упражнения, упражнения на скамейке, простой вис, подтягивание в висе	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь демонстрировать технику выполнения акробатических упражнений в целом ,	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
35(8)	Строевые упражнения. Развитие координации,	1	Знать технику выполнения опорного прыжка; знать, как выполнять строевые упражнения результатов	<i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функ-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие

	силовых качеств. Висы		обучения, развития творческих способностей учащихся, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения я	циональных состояний. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять технику опорного прыжка, упражнения в равновесии	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
36(9)	Опорный прыжок. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	1	Знать технику выполнения опорного прыжка, строевых упражнений, упражнений в равновесии	<i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать умение сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои физические силы и действия, а также действия товарищей. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять технику опорного прыжка, упражнения в равновесии, строевые упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья
37(10)	Опорный прыжок. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	1	Знать технику выполнения опорного прыжка, строевых упражнений, упражнений на гимнастическом бревне	<i>Коммуникативные:</i> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы, уважительно относиться к товарищам и учителю. <i>Регулятивные:</i> формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять технику опорного прыжка, упражнения на гимнастическом бревне	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
38(11)	Опорный прыжок. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	1	Знать технику выполнения опорного прыжка, строевых упражнений, акробатической комбинации	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь объяснять и выполнять акробатические упражнения, опорный прыжок, простой вис	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
	Футбол	10			
39(1)	Основные приемы и правила игры. Овладение техникой передвижения. Повороты Развитие фи-	1	Знать, как выполнять комплекс упражнений в движении, знать основные правила игры в	<i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уметь слушать и слышать друг друга.	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять

	физических качеств (скоростных и координационных способностей)		футбол	<i>Регулятивные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, рассуждений. <i>Познавательные:</i> знать технику безопасности при проведении занятий по футболу, правила оказания первой медицинской помощи при травмах	полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
40(2)	Овладение техникой передвижения. Повороты Развитие физических качеств (скоростных и координационных способностей)	1	Знать, как выполнять комбинации из элементов техники передвижений в футболе	<i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь проводить комплекс общеразвивающих упражнений в движении, знать и уметь выполнять основные виды передвижений и поворотов в футболе	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности
41(3)	Овладение техникой передвижения. Повороты Развитие физических качеств (скоростных и координационных способностей)	1	Знать, как выполнять комбинации из элементов техники передвижений в футболе	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять пошаговый и итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять эстафеты с элементами футбола, проводить специальные беговые упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
42(4)	Овладение техникой передвижений. Повороты	1	Знать, как проводятся общеразвивающие упражнения в движении, специальные беговые	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать друг друга и учителя, брать на себя инициативу в организации совместной деятельности, сохранять	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять

	Развитие физических качеств (скоростных и координационных способностей)		упражнения	уважительное и толерантное отношение друг к другу. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> знать и уметь выполнять комплекс упражнений в движении, уметь демонстрировать технику перемещений, остановок, поворотов, ускорений в футболе	полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
43(5)	Освоение техники удара по мячу. Развитие быстроты и ловкости	1	Знать, как выполняется удар по мячу ногой; знать правила проведения эстафет с элементами футбола	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> знать и уметь выполнять технику удара по мячу, проводить эстафеты с элементами футбола	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
44(6)	Освоение техники удара по мячу. Развитие быстроты и ловкости	1	Знать, как выполняется удар ногой по мячу, как проводятся эстафеты с элементами футбола	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь объяснять и выполнять технику удара по мячу; уметь демонстрировать технику игры в мини-футбол	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
45(7)	Освоение техники удара по мячу. Развитие координационных способностей	1	Знать правила игры в мини-футбол, правила оказания первой медицинской помощи при травмах	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять комплекс упражнений в движении, демонстрировать технику игры в футбол	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,

				.,.,.	воспитание самостоятельности и личной ответственности
46(8)	Освоение техники ведения мяча. Развитие физических качеств (скоростных и координационных способностей)	1	Знать ведение мяча в футболе, правила игры в мини-футбол	<i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять передвижения игрока в футболе, вести мяч различными способами	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
47(9)	Освоение техники ведения мяча. Развитие физических качеств	1	Знать комплекс упражнений в движении; знать, как проводятся эстафеты с элементами футбола	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять пошаговый и итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять эстафеты с элементами футбола	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
48(10)	Освоение техники ведения мяча. Развитие физических качеств	1	Знать, как проводятся специальные беговые упражнения, эстафеты с элементами футбола	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять специальные беговые упражнения, эстафеты с элементами футбола	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
49(11)	Освоение техники остановки катящегося мяча подошвой	1	Знать, как остановить катящийся мяч подошвой; знать основные правила игры в футбол и действия судьи	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель,	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях

				контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять остановку катящегося мяча, демонстрировать технику игры в мини-футбол	физической культурой
50(12)	Освоение техники остановки катящегося мяча подошвой	1	Знать, как выполнять остановку катящегося мяча подошвой	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять комплекс упражнений в движении, демонстрировать технику остановки мяча разными способами	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
	Лыжная подготовка	18			
51(1)	Техника безопасности по лыжной подготовке. Скользкий шаг	1	Знать технику безопасности на уроках по лыжной подготовке, корректировать технику выполнения скользящего шага	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов, формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> знать технику безопасности на занятиях по лыжной подготовке, уметь передвигаться на лыжах скользящим шагом	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей
52(2)	Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости	1	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения скользящего шага, технику выполнения попеременного двухшажного хода	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формули-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной

				ровать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять специальные упражнения на лыжах, передвигаться на лыжах скользящим шагом, а также попеременным двухшажным ходом	ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей
53(3)	Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости	1	Знать технику выполнения попеременного двухшажного хода, поворота переступанием; знать игры на лыжах	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать друг друга и учителя, владеть культурой речи, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <i>Познавательные:</i> знать и уметь выполнять технику поворота переступанием	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
54(4)	Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости	1	Знать технику выполнения попеременного двухшажного хода, поворота переступанием, знать игры на лыжах	<i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> знать и уметь выполнять технику поворота переступанием	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей
55(5)	Одновременный бесшажный ход. Развитие выносливости	1	Знать технику выполнения одновременного бесшажного хода	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> осознавать себя как личность, способную к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> уметь проходить заданную дистанцию одновременным бесшажным ходом, владеть знаниями о зимних видах спорта	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие способности активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия

56(6)	Одновременный бесшажный ход. Развитие выносливости	1	Знать, как выполняется одновременный бесшажный ход, как проводятся встречные эстафеты	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ранее изученными способами	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
57(7)	Одновременный бесшажный ход. Развитие выносливости	1	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения одновременного бесшажного хода, игры на лыжах	Коммуникативные: уметь вести дискуссию, обсуждать содержание, результаты совместной деятельности. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: знать и уметь выполнять технику поворота переступанием	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений
58(8)	Одновременный двухшажный ход Развитие выносливости	1	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения одновременного двухшажного хода, правила выполнения круговых эстафет	Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре
59(9)	Одновременный двухшажный ход Развитие выносливости	1	Знать, как можно корректировать технику передвижения одновременным двухшажным ходом	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, выполнять круговую эстафету	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
60(10)	Одновременный двухшажный ход Развитие выносливости	1	Знать, как оценивать свои физические возможности при выполнении лыжных гонок на 1000 м	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов, формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с по-	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях

				ставленными задачами. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: знать технику безопасности на занятиях по лыжной подготовке, уметь передвигаться на лыжах любым из изученных способов	физической культурой
61(11)	Одновременный двухшажный ход Развитие выносливости	1	Знать, как оценивать свои физические возможности при выполнении лыжных гонок на 1000 м ,:	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять специальные упражнения на лыжах, владеть техникой передвижения одновременного двухшажного хода	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культу
62(12)	Одновременный двухшажный ход Развитие выносливости	1	Знать, как оценивать свои физические возможности при выполнении лыжных гонок на 1000 м ,:	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять специальные упражнения на лыжах, владеть техникой передвижения одновременного двухшажного хода	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культу
63(13)	Подъем ступающим шагом. Спуски. . Развитие выносливости	1	Знать технику выполнения спуска и подъема	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов, формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: знать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей

				технику безопасности на занятиях по лыжной подготовке, уметь передвигаться на лыжах скользящим шагом, выполнять спуски и подъемы на лыжах	
64(14)	Торможение упором, «плугом». Преодоление бугров и впадин. Развитие выносливости	1	Знать, как выполнять технику торможения упором	<i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> знать и уметь выполнять технику торможения упором, преодолевать бугры и впадины	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
65(15)	Торможение упором, «плугом». Преодоление бугров и впадин. Развитие выносливости	1	Знать, как выполнять технику торможения упором	<i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> знать и уметь выполнять технику торможения упором, преодолевать бугры и впадины	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых /знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
66(16)	Непрерывное передвижение на лыжах. Развитие выносливости	1	Знать технику передвижения на лыжах; знать, как выполнять комплекс упражнений с лыжными палками	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь объяснять и выполнять технику передвижения на лыжах, выполнять комплекс упражнений с лыжными палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
67(17)	Непрерывное передвижение на лыжах. Развитие выносливости	1	Знать технику передвижения на лыжах; знать, как выполнять комплекс упражнений с лыжными палками	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь объяснять и выполнять технику передвижения на	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование

				лыжах, выполнять комплекс упражнений с лыжными палками	установки на безопасный и здоровый образ жизни
68(18)	Непрерывное передвижение на лыжах. Развитие выносливости	1	Знать, как выполнять технику передвижения на лыжах различными видами	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, стараться понимать мысли, чувства, стремления окружающих. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь проходить на лыжах дистанцию 2000 м	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
	Волейбол	20			
69(1)	Техника безопасности Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП		Знать требования инструкций по технике безопасности при проведении спортивных и подвижных игр	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять упражнения на развитие физических качеств	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
70(2)	Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП	1	Знать, как подводить и анализировать итоги четверти	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять эстафеты с элементами спортивных игр, подводить итоги четверти	Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья
71(3)	Стойки и перемещения игрока. Развитие координационных	1	Знать требования техники безопасности на занятиях по волейболу; знать технику пе-	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения, устанавливать рабочие отношения.	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых

	способностей		ремещений и стоек волейболиста	<i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее с соответствии с требованиями. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять специальные беговые упражнения, стойки и перемещения игрока, демонстрировать стойки игрока	знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
72(4)	Стойки и перемещения игрока. Развитие координационных способностей	1	Знать, как выполнять специальные беговые упражнения; стойки и перемещения игрока; знать правила игры в волейбол	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять игровые упражнения, стойки и перемещения игрока	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
73(5)	Стойки и перемещения игрока, повороты и остановки. Развитие координационных способностей	1	Знать, как выполняются специальные беговые упражнения, стойки и перемещения игрока; знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	<i>Коммуникативные:</i> владеть культурой речи, ведением диалога в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение. <i>Регулятивные:</i> уметь контролировать свою деятельность по результату, развивать новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять специальные беговые упражнения, эстафеты, игровые упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья
74(6)	Стойки и перемещения игрока, повороты и остановки. Развитие координационных	1	Знать, как выполнять игровые упражнения, эстафеты, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> формировать умение	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в

	способностей		выполнять технические действия	сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять общеразвивающие упражнения с мячом, знать и уметь объяснять правила игры в волейбол	разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
75(7)	Прием и передача мяча. Развитие координационных способностей	1	Знать виды передач мяча; знать, как выполнять прием и передачу мяча, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять ранее изученные элементы волейбола (перемещения, передачи мяча)	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
76(8)	Прием и передача мяча. Развитие координационных способностей	1	Знать технику выполнения приема и передачи мяча изученными способами; правила выполнения игровых заданий	<i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь правильно передвигаться в стойке игрока, демонстрировать технику приема и передачи мяча на месте и в движении	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
77(9)	Прием и передача мяча. Развитие координационных способностей	1	Знать технику выполнения приема и передачи мяча изученными способами; правила выполнения игровых заданий	<i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь правильно передвигаться в стойке игрока, демонстрировать технику приема и передачи мяча на месте и в движении	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
78(10)	Прием и передача мяча. Развитие координационных способностей	1	Знать технику выполнения приема и передач мяча изученными	<i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно	Развитие мотивов учебной деятельности, ответственного отношения к порученному делу, проявления осознанной

	способностей		способами, правила выполнения игровых заданий; знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь правильно передвигаться в стойке игрока и принимать мяч	дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности
79(11)	Нижняя подача мяча. Развитие координационных способностей	1	Знать технику выполнения нижней прямой подачи; знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь демонстрировать технику выполнения нижней прямой подачи	Развитие мотивов учебной деятельности, ответственного отношения к порученному делу, понимания физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих
80(12)	Нижняя подача мяча. Развитие координационных способностей	1	Знать технику выполнения нижней прямой подачи через сетку; знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять нижнюю прямую подачу через сетку	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
81(13)	Основные приемы игры. Развитие координационных способностей	1	Знать правила и технику выполнения игровых заданий	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения. <i>Регулятивные:</i> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями. <i>Познавательные:</i> уметь применять ранее изученные элементы волейбола в игровых заданиях	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
82(14)	Основные приемы игры. Развитие	1	Знать, как играть в волейбол по упрощенным	<i>Коммуникативные:</i> обладать умением логически грамотно излагать, аргумен-	Развитие мотивов учебной деятельности, ответственного

	координационных способностей		правилам, правильно выполнять технические действия	тировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь применять ранее изученные элементы волейбола в игровых заданиях	отношения к порученному делу, проявления осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности
83(15)	Основные приемы игры. Развитие координационных способностей	1	Знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	<i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь применять ранее изученные элементы волейбола в игровых заданиях и учебной игре	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
84(16)	Основные приемы игры. Развитие координационных способностей	1	Знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь применять ранее изученные элементы волейбола в игровых заданиях и учебной игре	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
85(17)	Тактика игры. Развитие физических качеств	1	Знать, как выполнять броски набивного мяча, использовать тактические действия в игре в волейбол Г	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения. <i>Регулятивные:</i> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями. <i>Познавательные:</i> уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять тактические действия	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
86(18)	Тактика игры. Развитие физических	1	Знать, как применять изученную технику и тактические действия в	<i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку	Развитие мотивов учебной деятельности, владение знаниями по основам органи-

	качеств		игре в волейбол	зрения, доводить ее до собеседника. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь понимать жесты и условные знаки судьи по волейболу	зации и проведения занятий физической культурой оздоровительно-тренировочной направленности, по составлению простейшего комплекса индивидуального занятия в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности
87(19)	Тактика игры. Развитие физических качеств	1	Знать, как применять изученную технику и тактические действия в игре в волейбол	<i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь понимать жесты и условные знаки судьи по волейболу	Развитие мотивов учебной деятельности, развитие бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья
88(20)	Тактика игры. Развитие физических качеств	1	Знать, как применять изученную технику и тактические действия в игре в волейбол	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять тактические действия	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
	Спортивные игры	4			
89(1)	Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП. Совершенствование физических качеств		Знать отличие высокой стойки волейболиста от низкой	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения. <i>Регулятивные:</i> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; формирование способности активно включаться в

				<i>Познавательные:</i> уметь выполнять эстафеты с элементами спортивных игр	совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия
90(2)	Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП. Совершенствование физических качеств		Знать, какие перемещения применяются в волейболе	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь самостоятельно выполнять упражнения на развитие физических качеств	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
91(3)	Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП. Совершенствование физических качеств		Знать основные правила игры в волейбол	<i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь объяснять основные правила игры в волейбол, уметь выполнять эстафеты с элементами спортивных игр	Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья
92(4)	Эстафеты с элементами спортивных игр. Развитие двигательных качеств		Знать, как самостоятельно проводить комплекс общеразвивающих упражнений, выполнять эстафеты с элементами спортивных игр	<i>Коммуникативные:</i> сохранить доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия товарищей, педагога. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять комплекс общеразвивающих упражнений на основные группы мышц, демонстрировать встречные эстафеты с элементами спортивных игр	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
	Лёгкая атлетика	10			
93(1)	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости	1	Знать технику безопасности на занятиях по легкой атлетике Понимать значение легкоатлетических	<i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно пони-	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные

			упражнений на организм человека	мать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь пробегать средние дистанции, контролировать состояние своего организма, уметь определять ЧСС	знания в самостоятельных занятиях физической культурой : развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развития самостоятельности и личной ответственности
94(2)	Кроссовая подготовка. Эстафетный бег. Развитие выносливости	1	Знать технику выполнения высокого и низкого старта, встречных легкоатлетических эстафет, бега с ускорением	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять встречные эстафеты, демонстрировать технику бега с ускорением, выполнять старты из различных положений	формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
95(3)	Кроссовая подготовка. Преодоление полосы препятствий. Развитие силовой выносливости	1	Знать, как проводятся общеразвивающие упражнения в движении как правильно преодолевать полосу препятствий	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать друг друга и учителя, брать на себя инициативу в организации совместной деятельности, сохранять <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять комплекс упражнений в движении, демонстрировать технику	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой

				бега на короткие дистанции, правильно преодолевать полосу препятствий	
96(4)	Развитие силовой выносливости. Бег на 1000	1	Знать, как выполнять бег на 1000 м; уметь объяснять влияние легкоатлетических упражнений на свой организм	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять пошаговый и итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь демонстрировать технику бега на 1000 м, выполнять упражнения на восстановление организма после физической нагрузки	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
97(5)	Развитие скоростных способностей. Метание малого мяча	1	Знать как выполнять замах руки при метании мяча	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь демонстрировать технику отведения руки для замаха при метании мяча, пробегать с максимальной скоростью 60 м	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре
98(6)	Развитие скоростных способностей. Бег на короткие дистанции	1	Знать технику бега на короткие дистанции, уметь объяснять значение легкоатлетических упражнений	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в само-

				технологий. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять специальные беговые упражнения, демонстрировать технику бега на короткие дистанции	стоятельных занятиях физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности
99(7)	Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафетный бег. Прыжок в высоту с разбега. Метание малого мяча	1	Знать технику выполнения прыжка в высоту с разбега, технику метания малого мяча на дальность	<i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. <i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь демонстрировать технику прыжка в высоту с разбега, технику метания малого мяча на дальность	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
100(8)	Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафетный бег. Прыжок в высоту с разбега. Метание малого мяча	1	Знать технику выполнения прыжка в высоту с разбега, технику метания малого мяча на заданное расстояние	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять пошаговый и итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь демонстрировать технику прыжка в высоту с разбега, технику метания малого мяча на дальность	
101(9)	Развитие скоростно-силовых качеств	1	Знать, как выполнять контрольные упражнения по легкой атлетике; знать подвижные игры с элементами легкой атлетики		Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве

102(10)	Сдача зачётов по физической подготовке	1	Знать, как проводятся контрольные упражнения по легкой атлетике, подвижные игры на выбор		<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме; выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь самостоятельно выполнять упражнения на развитие физических качеств, проводить подвижные игры с элементами легкой атлетики
103(11)	Сдача зачётов по физической подготовке	1	Знать, как проводятся контрольные упражнения по легкой атлетике, подвижные игры на выбор		<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь демонстрировать контрольные упражнения по легкой атлетике; проводить разнообразные подвижные игры
104(12)	Развитие скоростно-силовых качеств	1	Знать, как выполнять контрольные упражнения по легкой атлетике; знать подвижные игры с элементами легкой атлетики	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме; выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь самостоятельно	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <i>Регулятивные:</i> уметь самостоятельно выделять и формировать познавательную

				выполнять упражнения на развитие физических качеств, проводить подвижные игры с элементами легкой атлетики	цель, искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь демонстрировать контрольные упражнения по легкой атлетике; проводить разнообразные подвижные игры
105(13)	Развитие скоростно-силовых качеств	1	Знать, как выполнять контрольные упражнения по легкой атлетике; знать подвижные игры с элементами легкой атлетики	<i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме; выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь самостоятельно выполнять упражнения на развитие физических качеств, проводить подвижные игры с элементами легкой атлетики	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве

Тематическое планирование уроков 6 класса

№	Название темы	Всего часов	Планируемые результаты		
			предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
	Лёгкая атлетика	15			
1	Организаационно-методические требования на уроках физической культуры	1	Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках физической культуры; выполнять специальные беговые упражнения; развивать скоростные качества с помощью бегрв ых эстафет	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; применять полученные знания на практике; ориентироваться в разнообразии беговых упражнений и в специальных эстафетах, развивающих скоростные качества. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать учителя и друг друга; соблюдать правила речевого поведения. <i>Регулятивные:</i>	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	
2	Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 x Юм	1	Научиться проходить тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 x Юм; проводить беговую разминку и эстафеты	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; оценивать результаты своей работы,	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
3	Тестирование бега на 60 и 300 м	1	Научиться проходить тестирование бега на 60 и 300 м; проводить беговую разминку; показывать технику спринтерского бега	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции оценивать результаты своей работы	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
4	Техника старта с опорой на одну руку	1	водить подвижную игру «Собачки ногами»	трудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки работы в группе. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; трудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки	и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах

				работы в группе. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	
5	Техника метания мяча на дальность	1	Научиться проводить разминку в движении; показывать технику метания мяча на дальность; проводить подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»; демонстрировав технику равномерного бега	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выполнять учебно-познавательные действия. <i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение к товарищам и учителю; адекватно реагировать на замечания; корректировать свои действия. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, контролировать свою деятельность по результату	Формирование готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
6	Тестирование метания мяча на дальность	1	Научиться проводить разминку на месте; проходить тестирование метания мяча на дальность; выполнять равномерный гладкий бег за определенное время; проводить подвижную игру «Собачки ногами»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
7	Спринтерский бег. Эстафетный бег	1	Научиться проводить разминку на месте; выполнять равномерный гладкий бег за определенное время; показывать технику спринтерского и эстафетного бега; проводить беговые эстафеты	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> управлять поведением партнера; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату;	Формирование ответственного отношения к учению; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				осуществлять действие по образцу и заданному правилу	
8	Техника прыжка в длину с разбега	1	Научиться проводить беговую разминку; выполнять равномерный гладкий бег за определенное время; показывать технику эстафетного бега с передачей эстафетной палочки; показывать технику прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные задачи; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. формировать операциональный опыт	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
9	Тестирование прыжка в длину с разбега	1	Научиться проводить беговую разминку; выполнять равномерный гладкий бег за определенное время; показывать технику прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись»; проводить тестирование прыжка в длину с разбега	<i>Познавательные:</i> формировать устойчивую мотивацию к исследовательской деятельности; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
10	Равномерный бег. Развитие выносливости	1	Научиться проводить разминку в движении; выполнять равномерный бег на определенное время и дистанцию; объяснять технику кроссового бега; проводить подвижную игру «Одиннадцатиметровые»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выполнять учебно-познавательные действия; ставить и формулировать проблемы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; с	Формирование навыков анализа и сопоставления; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение

				достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. формировать операциональный опыт; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
11	Равномерный бег. Развитие выносливости	1	Научиться проводить разминку в движении; выполнять равномерный бег на определенное время и дистанцию; объяснять термин <i>самоконтроль</i>; проводить подвижную игру «Одиннадцатиметровые»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. формировать операциональный опыт; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
12	Тестирование бега на 1000 м	1	Научиться проводить разминку на гибкость; выполнять равномерный гладкий бег на определенное расстояние; проходить тестирование бега на 1000 м; проводить спортивную игру «Футбол»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	
13	Тестирование прыжка в длину с места	1	Научиться проводить разминку на месте; выполнять равномерный гладкий бег за заданное время; проходить тестирование прыжков в длину с места; проводить подвижную игру «Собачки ногами»; проводить перестроение дроблением и слиянием	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; адекватно принимать оценку взрослого'	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
14	Броски малого мяча на точность	1	Научиться проводить разминку с теннисными или малыми мячами; выполнять броски малыми мячами по подвижной мишени; проходить тестирование подъема туловища из положения лежа на спине; проводить подвижную игру «Чей дальше?»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату	Формирование устойчивой мотивации к индивидуальной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
15	Броски малого мяча на точность	1	Научиться проводить разминку с теннисными или малыми мячами; выполнять броски малыми мячами по подвижной мишени; проходить тестирование подтягивания; проводить подвижную игру «Чей дальше?»	<i>Познавательные:</i> проявлять индивидуальные творческие способности; ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ

				соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату	
	Баскетбол	12			
16(1)	Техника безопасности. Стойка баскетболиста и ведение мяча	1	Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках, посвященных баскетболу; выполнять беговую разминку; стойку баскетболиста; ведение мяча; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
17(2)	Броски мяча в корзину	1	Научиться выполнять беговую разминку; ловить и бросать мяч в парах; выполнять бросок по баскетбольной корзине двумя руками снизу; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения,	Формирование умения оценивать собственную учебную деятельность; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах

				свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	
18(3)	Броски мяча в корзину	1	Научиться выполнять разминку с гантелями; ловить и бросать мяч в парах; выполнять ведение мяча с остановкой в два шага по сигналу; выполнять бросок по баскетбольной корзине двумя руками снизу; играть в спортивную игру «Баскетбол»	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга; формировать навыки работы в группе. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
19(4)	Вырывание мяча, передача одной рукой от плеча	1	Научиться выполнять разминку с набивным мячом; вырывать мяч из рук у партнера; выполнять передачу мяча от плеча; выполнять ведение мяча с остановкой в два шага по сигналу; играть в спортивную игру «Баскетбол»	Познавательные: добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Формирование положительного отношения к учению и познавательной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
20(5)	Броски мяча в корзину	1	Научиться выполнять разминку с набивными мячами; выполнять различные броски в баскетбольную корзину; играть в спортивную игру «Баскетбол»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; перерабатывать полученную информацию.	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и позна-

				<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно принимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	нию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
21(6)	Броски мяча в корзину двумя руками в прыжке	1	Научиться выполнять разминку с теннисным мячом; выполнять бросок мяча в баскетбольную корзину двумя руками в прыжке; выполнять различные броски мяча в корзину; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
22(7)	Броски мяча в корзину	1	Научиться выполнять разминку с теннисным мячом; выполнять бросок мяча в баскетбольную корзину двумя руками в прыжке; выполнять различные броски мяча в баскетбольную корзину; участвовать в баскетбольной эстафете	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осознавать	Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей

				самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	
23(8)	. Тактические действия	1	Научиться выполнять разминку с мячами в парах; тактические действия в баскетболе; играть в подвижную и фу «Собачки»; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операциональный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничества в совместном решении задач	Формирование положительного отношения к учению, к познавательной деятельности; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
24(9)	Игра по правилам	1	Научиться выполнять разминку с мячами в парах; тактические действия в баскетболе; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> осознанно и произвольно строить речевые высказывания; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей

				сотрудничества	
25(10)	Игра по правилам	1	Научиться разминаться в парах с мячом; бороться за мяч при вбрасывании; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
26(11)	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	1	Научиться разминаться с баскетбольным мячом; выполнять контрольные баскетбольные упражнения; играть в спортивную игру «Баскетбол»; подводить итоги	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми
27(12)	Эстафеты с элементами спортивных игр	1	Научиться проводить беговую разминку; участвовать в спортивных эстафетах; развивать память с помощью специальных упражнений	<i>Познавательные:</i> перерабатывать и преобразовывать информацию из одной формы в другую; ориентироваться в своей системе знаний; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; с достаточной полнотой	Развитие умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем; обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать

				и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
	Гимнастика	14			
28(1)	Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой Строевые упражнения и акробатические комбинации		Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на занятиях гимнастикой; выполнять акробатические элементы: кувырок, стойку на лопатках, «мост»; развивать скоростные и координационные качества с помощью гимнастических эстафет; проводить разминку на матах Научиться выполнять разминку на гимнастических матах; выполнять «мост» из положения стоя; соединять разрозненные акробатические элементы в единую комбинацию; развивать скоростные и координационные качества с помощью гимнастических эстафет	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; применять полученные знания на практике; ориентироваться в разнообразии акробатических элементов и специальных гимнастических эстафет, развивающих скоростные и координационные качества. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать учителя; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки работы в группе. <i>с : , n Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; адекватно оценивать свои действия «действия партнеров <i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы;	Принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

				высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату	на основе представлений о нравственных нормах
29(2)	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1	Научиться выполнять разминку на гимнастической скамейке; выполнять «мост» из положения стоя и кувырок назад; познакомиться с комбинациями на бревне и перекладине	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
30(3)	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1	Научиться выполнять разминку на гимнастической скамейке; выполнять подъем переворотом махом одной, толчком другой; освоить комбинации на бревне и перекладине	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

				формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения,	формирование установ-
31(4)	Комбинации на гимнастическом бревне и перекладине	1	Научиться выполнять новую разминку с гимнастическими палками; выполнять упражнения на брусьях; соединять разученные упражнения в различные комбинации; участвовать в гимнастических эстафетах, «мост»; развивать скоростные и координационные качества с помощью гимнастических эстафет; проводить разминку на матах	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; сообщать его в устной форме; формировать навыки работы в группе. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; адекватно оценивать свои действия «действия	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				партнеров	
32(5)	Знакомство с брусьями	1	Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; выполнять упражнения на брусках; соединять разученные упражнения в комбинации; участвовать в гимнастических эстафетах	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества..	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
33(6)	Упражнения на брусках	1	Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; выполнять упражнения на брусках; соединять разученные упражнения в комбинации; участвовать в гимнастических эстафетах	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; про-	Формирование положительного отношения к познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; фор-
34(7)	Комбинации на брусках	1	Научиться выполнять новую разминку с гимнастическими палками; выполнять упражнения на брусках; соединять	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы;	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и

			разученные упражнения в различные комбинации; участвовать в гимнастических эстафетах ~	самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
35(8)	Комбинации на брусьях	1	Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; выполнять упражнения на брусьях; соединять разученные упражнения в комбинации; участвовать в гимнастических эстафетах	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

36(9)	Контрольный урок по теме «брусья»	1	Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; выполнять контрольные упражнения и комбинации на брусьях; подводить итоги контрольного урока -	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операциональный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач; адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося
37(10)	Техника выполнения опорного прыжка согнув ноги. Тестирование подтягивание.	1	Научиться выполнять разминку с гимнастическими скакалками; правильно координировать свое тело при прыжках; выполнять прыжок через гимнастического козла согнув ноги; играть в подвижную игру «Позвони в колокольчик» Научиться проводить разминку на месте; проходить тестирование	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> формировать навыки работы в группе; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

38(11)	Опорный прыжок	1	Научиться выполнять разминку с гимнастическими скакалками; правильно координировать свое тело при прыжках; выполнять прыжок через гимнастического козла согнув ноги и ноги врозь; играть в подвижную игру «Позвони в колокольчик» "	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; самостоятельно выселять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; формировать навыки работы в группе; организовать и осуществлять совместную деятельность. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
39(12)	Контрольный урок по теме «опорный прыжок»	1	Научиться выполнять разминку с гимнастическими скакалками; выполнять контрольные опорные прыжки согнув нога и ноги врозь; подводить итоги контрольного урока	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; делать обобщения и выводы; высказывать предположения. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности и к мнению сверстника	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
40(13)	Вольные упражнения с элементами акробатики (соревнования). Тестирования подъем туловища	1	Научиться проводить разминку на матах; участвовать в соревнованиях по вольным упражнениям; показывать подготовленные гимнастические комбинации на матах; оценивать выступления одноклассников; участвовать в гимнастической эстафете	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

41(14)	Ритмическая гимнастика иОФП	1	Научиться проводить обще-развивающие упражнения под музыкальное сопровождение; выполнять упражнения ритмической гимнастики; проходить станции круговой тренировки	<i>Познавательные:</i> добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки работы в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие мотивов учебной деятельности; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни,
	футбол	1			
42(1)	Техника безопасности. Техника ведения мяча ногами	1	Научиться проводить разминку с футбольным мячом; соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках физической культуры, посвященных подвижным и спортивным играм; выполнять ведение мяча ногами; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

43(2)	Техника ведения мяча ногами	1	Научиться проводить разминку с футбольным мячом; соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках физической культуры, посвященных подвижным и спортивным играм; выполнять ведение мяча ногами; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
44(3)	Техника передач мяча ногами	1	Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; научиться ведению мяча ногами различными способами; выполнять передачи мяча ногами различными способами; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
45(4)	Техника передач мяча ногами	1	Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; научиться ведению мяча ногами различными способами; выполнять передачи мяча ногами различными способами;	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; перерабатывать полученную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков со-

			развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	трудностей со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
46(5)	Техника ударов по катящемуся мячу ногой	1	Научиться выполнять разминку с мячом в парах; научиться ведению мяча ногами различными способами; выполнять удар по катящемуся мячу; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
47(6)	Жонглирование мячом ногами	1	Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; выполнять удар по катящемуся мячу; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»; жонглировать мячом ногами	Познавательные: осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки	Принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нрав-

				учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	ственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
48(7)	Жонглирование мячом ногами	1	Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; выполнять удар по катящемуся мячу; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»; жонглировать мячом ногами	Познавательные: осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
49(8)	Спортивная игра «Футбол»	1	Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; выполнять удары по воротам; разносторонне-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Футбол»; применять на практике тактические действия; жонглировать мячом ногами	Познавательные: ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и	Принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				самокоррекции; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	
50(9)	Спортивная игра «Футбол	1	Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; выполнять передачи мяча на дальние расстояния; выполнять футбольные упражнения в парах; жонглировать мячом ногами; развивать ско-ростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Футбол»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; контролировать свою деятельность по результату	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
51(10)	Контрольный урок по теме «Футбол	1	Научиться выполнять задания контрольного урока по теме «футбол»: проводить разминку с футбольным мячом, выполнять ведение мяча и удары по воротам с различных дистанций, жонглировать мячом ногами, играть в футбол, соблюдая все правила	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно принимать оценку взрослого и сверстника; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей

	Лыжи	18			
52(1)	Инструкция по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Попеременный двухшажный ход	1	Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; подбирать спортивную форму и лыжное снаряжение; передвигаться попеременным двухшажным ходом; играть в подвижную игру на лыжах «Догони впередиидущего»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситу
53(2)	. Попеременный двухшаж	1	Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; подбирать спортивную форму и лыжное снаряжение; передвигаться попеременным двухшажным ходом; играть в подвижную игру на лыжах «Догони впередиидущего»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситу
54(3)	. Попеременный двухшаж	1	Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; подбирать спортив-	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

			ную форму и лыжное снаряжение; передвигаться попеременным двухшажным ходом; играть в подвижную игру на лыжах «Догони впередиидущего»	учебников. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситу
55(4)	Одновременный бесшажный ход	1	Научиться разминаться на лыжах; передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: попеременный двухшажный и одновременный бесшажный; играть в подвижную игру «Догони впередиидущего»; научиться правильно распределять свои силы для прохождения дистанции	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни ,,
56(5)	Одновременный бесшажный ход	1	Научиться разминаться на лыжах; передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: попеременный двухшажный и одновременный	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других

			беспажный; играть в подвижную игру «Догони впередиидущего»; научиться правильно распределять свои силы для прохождения дистанции	цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни ,,
57(6)	Одновременный одношажный ход	1	Научиться разминаться на лыжах; передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: одновременный одношажный, одновременный беспажный; играть в подвижную игру «Накаты»; научиться разгоняться и катиться на максимально длительное расстояние	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Формирование положительного отношения к обучению; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ ЖИЗНИ:
58(7)	Одновременный одношажный ход	1	Научиться разминаться на лыжах; передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: одновременный одношажный, одновременный беспажный; играть в подвижную игру «Накаты»; научиться разгоняться и катиться на максимально длительное рас-	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать	Формирование положительного отношения к обучению; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ

			стояние	рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	ЖИЗНИ:
59(8)	Чередование различных лыжных ходов	1	Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; передвигаться, применяя все ранее разученные лыжные ходы; чередовать лыжные ходы; играть в подвижную игру «Накаты»; научиться разгоняться и катиться на максимально большое расстояние	<i>Познавательные:</i> осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить. <i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
60(9)	Чередование различных лыжных ходов	1	Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; передвигаться, применяя все ранее разученные лыжные ходы; чередовать лыжные ходы; играть в подвижную игру «Накаты»; научиться разгоняться и катиться на максимально большое расстояние	<i>Познавательные:</i> осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить. <i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

61(10)	Повороты переступанием и прыжком на лыжах	1	Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; передвигаться, применяя все ранее разученные лыжные ходы и правильно чередуя их; научиться преодолевать дистанцию 1 км на лыжах; участвовать в эстафете с передачей лыжных палок	<i>Познавательные:</i> добывать новые знания; перерабатывать полученную информацию; проявлять индивидуальные способности. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
62(11)	Различные варианты подъемов и спусков на лыжах	1	Научиться разминаться на лыжах; спускаться со склона и подниматься на склон различными способами; участвовать в подвижной игре «Накаты» со скда	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока; стремиться их выполнять; высказывать предположения; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. <i>регулятивные:</i> адекватно принимать оценку взрослого и сверстников; контролировать свою деятельность по результату	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
63(12)	Различные варианты подъемов и спусков на лыжах	1	Научиться разминаться на лыжах; спускаться со склона и подниматься на склон различными способами; участвовать в подвижной игре «Накаты» со скда	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока; стремиться их выполнять; высказывать предположения; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. <i>регулятивные:</i> адекватно принимать оценку	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; формирование

				взрослого и сверстников; контролировать свою деятельность по результату	установки на безопасный, здоровый образ жизни
64(13)	Торможение и поворот «упором»	1	Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; спускаться со склона и подниматься на склон различными способами; поворачивать и тормозить «упором»; участвовать в подвижной игре «Накаты» со склона	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; добывать новые знания; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
65(14)	Преодоление небольших трамплинов	1	Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; спускаться со склона с преодолением небольших трамплинов; подниматься на склон различными способами; тормозить и поворачивать «упором»; играть в подвижные игры «Подними предмет» и «Затормози в квадрате»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной

				как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату	ответственности за свои поступки на основе представле- ний о нравственных нормах
66!15)	Подъемы на склон и спуски со склона	1	Научиться разминаться на лыжах; спускаться со склона с преодолением небольших трам- плинов; подниматься на склон различными способами; играть в подвижные игры «Подними предмет» и «Затормози в квадрате»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно- познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату	Развитие навыков со- трудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нрав- ственных нормах; формирование установки на безопасный, здоро- вый образ жизни
67(16)	Прохождение дистанции .2 км	1	Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; преодолевать дистанцию 2 км, правильно подбирая лыжный ход и распределяя силы по дистанции; участвовать во встре	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно- познавательные действия; формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъ- екту деятельности; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; сохранять заданную цель	Формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступк.
		1	Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; преодолевать дистанцию 3 км, правильно подбирая лыжный ход и распределяя силы по дистанции; участвовать во встречных эстафетах	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную ин- формацию. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъ- екту деятельности; адекватно	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и позна- нию; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				оценивать свои действия и действия партнеров; сохранять заданную цель	
69(18)	Контрольный урок по теме «Лыжная подготовка»	1	Научиться подбирать разминочные упражнения на лыжах для контрольного урока; технично выполнять все заданные упражнения на лыжах; правильно координировать свои действия; подводить итоги контрольного урока	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
	Волейбол	12			
70(1)	Техника безопасности. Передача мяча сверху двумя руками	1	Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять прием и передачи волейбольного мяча в парах сверху двумя руками; играть в подвижную игру «Пионербол»; понимать правила спортивной игры «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по-результату	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
71(2)	Передача мяча сверху двумя руками	1	Научиться разминаться с волейбольным мячом в парах; выполнять прием и передачи волейбольного мяча в парах сверху двумя руками; выполнять нижнюю прямую подачу через сетку; играть в спортивную игру	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и спо-	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной

			«Волейбол»	собствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося
72(3)	Прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи	1	Научиться разминаться с волейбольным мячом в парах; выполнять прием и передачи волейбольного мяча в парах сверху двумя руками и снизу; выполнять нижнюю прямую и боковую подачи через сетку; играть в подвижную игру «Точная подача»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
73(4)	Прием мяча снизу, нижняя подачи	1	Научиться разминаться с волейбольным мячом в парах; выполнять прием и передачи волейбольного мяча в парах сверху двумя руками и снизу; выполнять нижнюю прямую и боковую подачи через сетку; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
74(5)	Прием мяча снизу, нижняя подачи	1	Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять прием и передачи волейбольного	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

	после передвижения		мяча на месте и в движении различными способами; выполнять нижние подачи через сетку; играть в спортивную игру «Волейбол»	выводы и обобщения; самостоятельно выцелять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; контролировать свою деятельность по результату	отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
75(6)	Прием мяча снизу, нижняя подача после передвижения	1	Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять прием и передачи волейбольного мяча на месте и в движении различными способами; выполнять нижние подачи через сетку; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; контролировать свою деятельность по результату	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
76(7)	Верхняя прямая подача	1	Научиться разминаться с набивными мячами; выполнять верхнюю прямую подачу мяча через сетку; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать	Формирование позитивного отношения к обучению; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие само-

				рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
77(8)	Верхняя прямая подача	1	Научиться разминаться с набивными мячами; выполнять верхнюю прямую подачу мяча через сетку; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и ставить познавательную цель; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
78(9)	Тактические действия	1	Научиться разминаться с гимнастическими скакалками; выполнять верхние прямые и боковые подачи; действовать тактически; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение

				способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
79(10)	Тактические действия	1	Научиться разминаться с гимнастическими скакалками; выполнять верхние и нижние прямые и боковые подачи; действовать тактически; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения, делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
80(11)	Игра по правилам	1	Научиться выполнять прием и передачу мяча; выполнять различные подачи мяча через волейбольную сетку; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах

				кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату	
81(12)	Игра по правилам	1	Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять контрольные волейбольные упражнения; играть в спортивную игру «Волейбол»; подводить итоги контрольного урока	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> осуществлять итоговый и пошаговый контроль; сохранять заданную цель	Развитие понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
	Лапта	7			
82(1)	Техника безопасности. Знакомство с Лаптой. Правила. История игры	1	Научиться проводить разминку в парах с мячами; ловить и передавать мяч с дальних дистанций; выполнять спец. упражнения; участвовать в спортивной игре «Лапта»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; осознание этнической и национальной принадлежности

				осознавать самого себя как движущую силу своего научения; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указание взрослого	
83(2)	Передвижения в Лопте Ловля и передачи,	1	Научиться проводить разминку в парах с мячами; выполнять ловлю и передачи и передвижения в лопте; участвовать в спортивной игре «Лопта»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме; выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату	Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
84(3)	Передвижения в Лопте Ловля и передачи,	1	Научиться проводить разминку в парах с мячами; выполнять ловлю и передачи и передвижения в лопте; участвовать в спортивной игре «Лопта»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме; выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату	Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

85(4)	Сочетание приёмов Перемещений и передач	1	Научиться проводить разминку в парах; выполнять передачм выполнять передачу мяча правой и левой рукой; участвовать в спортивной игре «Лапта»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнёра. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
86(5)	Удары битой	1	Научиться проводить разминку в парах; ; выполнять упражнения в парах; участвовать в спортивной игре «Лапта» удары битой;	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнёра. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; осознание этнической и национальной принадлежности; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
87(6)	Удары битой	1	Научиться проводить разминку в парах; ; выполнять упражнения в парах; участвовать в спортивной игре «Лапта» удары битой;	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя;	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; осознание этнической и национальной принадлежности; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях;

				эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
88(7)	Контроль - спортивная игра «Лепта»	1	Научиться проводить разминку мячом; ; участвовать в спортивной игре «Лепта»	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в системе знаний. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> адекватно принимать оценку взрослого и сверстника; осуществлять итоговый контроль	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
	Лёгкая атлетика	14			
89(1)	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание»	1	Научиться проводить разминку с набивными мячами; проходить тестирование определения силы кисти; выполнять прыжки в высоту способом «перешагивание»; проводить подвижную игру «Салки и мяч» :	<i>Познавательные:</i> ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; формирование установки на безопасный, здоровый образ

				взрослого	
90(2)	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	1	Научиться проводить разминку с набивными мячами; выполнять прыжки в высоту способом «перешагивание» на результат; вносить изменения в свои действия для улучшения результата; проводить подвижную игру «Салки и мяч»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого –	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
91(3)	Контрольный урок на тему «Прыжки в высоту способом "перешагивание"»	1	Научиться проводить разминку с набивными мячами; выполнять контрольные прыжки в высоту способом «перешагивание»; вносить изменения в свои действия для улучшения результата; проводить подвижную игру «Салки и мяч»*	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операциональный опыт (учебных знаний и умений); адекватно принимать оценку взрослого и сверстника .	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
92(4)	Преодоление легкоатлетической полосы препятствий	1	Научиться проводить разминку на гимнастической скамейке; проходить легкоатлетическую полосу препятствий; выбирать наиболее оптимальные варианты прохождения полосы препятствий; преодолевать препятствия наступанием и	<i>Познавательные:</i> формировать положительное отношение к процессу познания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать	Развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие мотивов учебной деятельности и личностного

			прыжковым бегом	свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
93(5)	Полоса препятствий	1	Научиться разминаться в движении; проходить полосу препятствий; выполнять сложные упражнения на координацию	<i>Познавательные:</i> добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	Формирование положительного отношения к обучению; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
94(6)	Тестирование прыжка в длину с места	1	Научиться проводить разминку на месте; проходить тестирование прыжка в длину с места; проводить сравнительную характеристику результатов; проводить легкоатлетическую эстафету	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных

				помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; адекватно принимать оценку взрослого	ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
95(7)	Полоса препятствий	1	Научиться разминаться в движении; проходить полосу препятствий; выполнять сложные упражнения на координацию	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, "здоровый образ жизни"
96(8)	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции Развитие выносливости.	1	Научиться соблюдать правила техники безопасности на занятиях легкой атлетикой; проводить беговую разминку; выполнять равномерный бег на среднюю дистанцию; проводить беговую эстафету	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора; развитие

97(9)	Тестирование бега на 30 м и челночный бег 3*10 м	1	Научиться проходить тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 х Юм; проводить беговую разминку и эстафеты	<i>Познавательные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять итоговый контроль	Формирование устойчивой мотивации к самостоятельной и коллективной аналитической деятельности; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
98(10)	Тестирование бега на 60 м.	1	Научиться проводить беговую разминку; проходить тестирование бега на 60 м; показывать технику спринтерского бега; играть в подвижную игру «Одиннадцатиметровые»	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять итоговый контроль	Формирование умения оценивать собственную учебную деятельность; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
99(11)	Тестирование метания на дальность.и на 300 м	1	Научиться проводить разминку на месте; проходить тестирование метания мяча на дальность, выполнять равномерный гладкий бег на определенное время; проводить подвижные игры «Собачки	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие этических чувств,

			ногами» и «Один-надцатиметровые Научиться проводить разминку на гибкость; проходить тестирование бега на 300 м; подводить итоги тестирования; выбирать и проводить подвижные и спортивные игры ч>. ; • .	навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять итоговый контроль	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций Формирование устойчивой мотивации к самостоятельной и коллективной аналитической деятельности; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
100(12)	Тестирование бега на 1000 м Эстафетный бег.	1	Научиться проводить разминку на гибкость; выполнять равномерный гладкий бег на определенное расстояние; проходить тестирование бега на 1000 м; выбирать и проводить подвижные и спортивные игры	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять итоговый контроль	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование устойчивой мотивации к самостоятельной и коллективной аналитической деятельности
101(13)	. Эстафетный бег. Тестирование бега	1	Научиться проводить разминку на гибкость; выполнять равномерный гладкий бег на опреде-	<i>Познавательные:</i> осознавать необходимость тестирования с точки зрения познания своих	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

	на 1500 м.		ленное расстояние; проходить тестирование бега на 1500 м; выбирать и проводить подвижные и спортивные игры Научиться проводить беговую разминку; проходить легкоатлетическую полосу препятствий; участвовать в эстафетах	возможностей; применять полученные знания для самосовершенствования. Коммуникативные: понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять итоговый контроль	отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
102(14)	Эстафеты .Скоростно-силовая подготовка. Эстафетный бег.	1	Научиться проводить разминку в движении; проводить эстафеты и скоростно-силовую подготовку	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; ориентироваться в своей системе знаний. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

Тематическое планирование уроков 7 класса

№	Название темы	Всего часов	Планируемые результаты		
			Предметные	Метапредметные УУД	ЛичностныеУУД
1 четверть 27 уроков					
Лёгкая атлетика 13уроков					
1	Лёгкая атлетика Техника безопасности по охране труда Организационно-методические требования на уроках физической культуры		Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках физической культуры; выполнять специальные беговые упражнения; развивать скоростные качества с помощью беговых эстафет; развивать гибкость с помощью специальных упражнений	Познавательные: осознавать познавательную задачу; применять полученные знания на практике; ориентироваться в разнообразии беговых упражнений и специальных эстафетах, развивающих скоростные качества. Коммуникативные: слушать и слышать учителя и друг друга; соблюдать правила речевого поведения. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями
2	Лёгкая атлетика Тестирование бега на 30 м. и челночный бег 3*10 м.		Научиться проходить тестирование по бегу на 30 м и челночному бегу 3 х Юм; проводить беговую разминку и эстафеты	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои

				навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; оценивать результаты своей работы	поступки; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
3	Лёгкая атлетика Тестирование бега на 60м. и 300 м.		Научиться проходить тестирование бега на 60 и 300 м; проводить беговую разминку; показывать технику спринтерского бега	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; оценивать результаты своей работы	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
4	Лёгкая атлетика Спринтерский бег.		Научиться проводить разминку в движении; показывать технику спринтерского бега, старта с опорой на одну руку и низкого старта; проводить футбольное игровое упражнение «Квадрат четыре-два»	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои

				способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки работы в группе. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	поступки на основе представлений о нравственных нормах
5	Лёгкая атлетика Техника метания мяча на дальность		Научиться проводить разминку в движении; показывать технику метания мяча на дальность; проводить подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»; демонстрировать технику равномерного бега	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выполнять учебно-познавательные действия. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение к товарищам и учителю; адекватно реагировать на замечания; корректировать свои действия. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Формирование готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
6	Лёгкая атлетика Тестирование метания мяча на		Научиться проводить разминку на месте; проходить тестирование метания мяча на	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

	дальность		дальность; выполнять равномерный гладкий бег за определенное время; проводить футбольное игровое упражнение «Квадрат четыре-два»	знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
7	Лёгкая атлетика Спринтерский бег. Эстафетный бег.		Научиться проводить разминку на месте; выполнять равномерный гладкий бег за определенное время; показывать технику спринтерского и эстафетного бега; проводить беговые эстафеты	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: управлять поведением партнера; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Формирование ответственного отношения к учению; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми; формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
8	Лёгкая атлетика Техника прыжка в длину с разбега «Прогнувшись»		Научиться проводить беговую разминку; выполнять равномерный гладкий бег за определенное время;	Познавательные: выполнять учебно-познавательные задачи; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять	

			показывать технику эстафетного бега с передачей эстафетной палочки; показывать технику прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись»	познавательную цель. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. формировать операциональный опыт	
9	Лёгкая атлетика Тестирование прыжка в длину с разбега «Прогнувшись». Равномерный бег. Развитие выносливости.		Научиться проводить беговую разминку; выполнять равномерный гладкий бег за определенное время; показывать технику прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись»; проходить тестирование прыжка в длину с разбега	Познавательные: формировать устойчивую мотивацию к исследовательской деятельности; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	

10	Лёгкая атлетика Равномерный бег. Развитие выносливости		Научиться проводить разминку в движении; выполнять равномерный бег на определенное время и дистанцию; объяснять технику кроссового бега; проводить подвижную игру «Одиннадцатиметровые»	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выполнять учебно-познавательные действия; ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. формировать операциональный опыт; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Формирование навыков анализа и сопоставления; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями
11	Лёгкая атлетика Тестирование бега на 1000м		Научиться проводить разминку на гибкость; выполнять равномерный гладкий бег на заданную дистанцию; проходить тестирование бега на 1000 м; проводить спортивную игру «Футбол»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения,	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	
12	Лёгкая атлетика Тестирование прыжка в длину с места. Броски малого мяча на точность.		Научиться проводить разминку на месте; выполнять равномерный гладкий бег за определенное время; проходить тестирование прыжка в длину с места; проводить футбольное игровое упражнение «Квадрат четыре-два»; проводить перестроение дроблением и слиян Научиться проводить разминку с теннисными или малыми мячами; выполнять броски малыми мячами по подвижной мишени; проходить тестирование подъема туловища из положения лежа на спине; проводить подвижную игру «Чей дальше?» и	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. осознавать познавательную задачу; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; адекватно принимать оценку взрослого определять новый уровень отношения к самому себе как	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование положительного отношения к занятиям физической культурой Формирование устойчивой мотивации к индивидуальной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ

				субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату	жизни
13	Лёгкая атлетика Броски малого мяча на точность. Преодоление легкоатлетической полосы препятствий		Научиться проводить разминку с теннисными или малыми мячами; выполнять броски малыми мячами по по- движной мишени; проходить тестирование подтягивания; проводить подвижную игру «Чей дальше?» Научиться про- водить разминку на гимнастической скамейке; проходить легкоатлетическую полосу препятствий; выбирать оптимальные варианты прохождения полосы препятствий; преодолевать препятствия на-ступанием	Познавательные: проявлять индивидуальные творческие способности; ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и усло- виями коммуникации. : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и усло- виями коммуникации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; добывать	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный, здо- ровый образ жизни

				недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	
Спортивные игры : Баскетбол 14 ч					
14(1)	Баскетбол Техника безопасности. Стойки баскетболиста , ведение и броски мяча.		Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках, посвященных баскетболу; выполнять беговую разминку, стойку баскетболиста, ведение мяча, бросок мяча; играть в спортивную игру «Баскетбол»	Познавательные: осознать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции;	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций -'

				осуществлять действие по образцу и заданному правилу	
15(2)	Баскетбол Стойки баскетболиста, ведение и броски мяча.		Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках, посвященных баскетболу; выполнять беговую разминку, стойку баскетболиста, ведение мяча, бросок мяча; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций -'
16(3)	Баскетбол Стойки баскетболиста, ведение и броски мяча.		Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках, посвященных баскетболу; выполнять беговую разминку, стойку баскетболиста, ведение мяча, бросок мяча; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций -'

				движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	
17(4)	Баскетбол Броски мяча в баскетбольную корзину		Научиться выполнять беговую разминку; ловить и бросать мяч в парах; выполнять бросок по баскетбольной корзине двумя руками снизу; сочетать различные способы передвижения; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Формирование умения оценивать собственную учебную деятельность; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
18(5)	Баскетбол Броски мяча в баскетбольную корзину		Научиться выполнять беговую разминку; ловить и бросать мяч в парах; выполнять сочетание различных передвижений; выполнять броски в баскетбольную корзину различными способами; играть в спортивную игру «Баскет-	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный, здоровый образ

			бол»	вопросов; слушать и слышать друг друга; формировать навыки работы в группе. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	жизни; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
19(6)	Баскетбол Вырывание и выбивание мяча, передача одной рукой от плеча		Научиться выполнять разминку с набивным мячом; вырывать и выбивать мяч из рук партнера; выполнять передачу мяча от плеча; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Формирование положительного отношения к учению и познавательной деятельности; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; умение не создавать конфликты (и находить выходы из спорных ситуаций

20(7)	Баскетбол Вырывание и выбивание мяча, передача одной рукой от плеча		Научиться выполнять разминку с набивным мячом; вырывать и выбивать мяч из рук партнера; выполнять передачу мяча от плеча; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Формирование положительного отношения к учению и познавательной деятельности; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; умение не создавать конфликты (и находить выходы из спорных ситуаций
21(8)	Баскетбол Броски мяча в баскетбольную корзину		Научиться выполнять разминку с набивным мячом; выполнять различные броски в баскетбольную корзину; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и усло-	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение

				виями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно принимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями
22(9)	Баскетбол Броски мяча в баскетбольную корзину		Научиться выполнять разминку с теннисным мячом; выполнять бросок мяча в баскетбольную корзину после бега и ловли; выполнять различные броски мяча в баскетбольную корзину; играть в спортивную игру «Баскетбол»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
23(10)	Баскетбол Броски мяча в баскетбольную корзину		Научиться выполнять разминку с теннисным мячом; выполнять различные броски мяча в баскетбольную корзину; участвовать в баскет-	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную	Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие

			больной эстафете	цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями
24(11)	Баскетбол Тактические действия.		Научиться выполнять разминку с мячами в парах, тактические действия в баскетболе, передачу мяча двумя руками сверху; играть в спортивную игру «Баскетбол»	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операциональный опыт (учебных знаний и умений);	Формирование положительного отношения к учению, к познавательной деятельности; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				сотрудничества в совместном решении задач	
25(12)	Баскетбол Тактические действия. Игра по правилам		Научиться выполнять разминку с мячами в парах, тактические действия в баскетболе, передачу мяча двумя руками сверху; играть в спортивную игру «Баскетбол» Научиться выполнять разминку с мячами в парах, тактические действия в баскетболе, вбрасывать и бороться за мяч; играть в спортивную игру «Баскетбол»	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. : осознанно и произвольно строить речевые высказывания; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения. слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операциональный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничества в совместном решении	Формирование положительного отношения к учению, к познавательной деятельности; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей

				задачосознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	
26(13)	Баскетбол Игра по правилам, вбрасывание мяча.		Научиться выполнять разминку с мячами в парах, тактические действия в баскетболе, вбрасывать и бороться за мяч; играть в спортивную игру «Баскетбол»	Познавательные: осознанно и произвольно строить речевые высказывания; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
27(14)	Баскетбол Контрольный урок по теме «Баскетбол».		Научиться разминаться с баскетбольным мячом; выполнять контрольные баскетбольные упражнения; играть в спортивную игру «Баскетбол»;	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: с	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в

			подводить итоги контрольного урока	достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> адекватно принимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
--	--	--	------------------------------------	---	--

2 четверть 21 урок

Гимнастика 14 уроков					
28(1)	Гимнастика Техника безопасности. Прыжки с высоты, акробатические комбинации		Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на занятиях гимнастикой; выполнять акробатические элементы: кувырок, стойку на лопатках, «мост»; развивать скоростные и координационные качества с помощью гимнастических эстафет; научиться проводить расслабляющую разминку на матах Научиться составлять и выполнять акробатическую комбинацию; выполнять акробатические элементы: кувырок, стойку на лопатках, «мост» из положения стоя; научиться спрыгивать с высоты; развивать скоростные	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; применять полученные знания на практике; ориентироваться в разнообразии акробатических элементов и специальных гимнастических эстафетах, развивающих скоростные и координационные качества. : добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать учителя; представлять конкретное	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни ' 1 Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков

			координационные качества с помощью гимнастических эстафет; научиться проводить разминку на матах; пере-страиваться в две и три шеренги	содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки работы в группе. эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; адекватно оценивать свои действия осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
29(2)	Гимнастика Прыжки с высоты, акробатические комбинации Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине		Научиться составлять и выполнять акробатическую комбинацию; выполнять акробатические элементы: кувырок, стойку на лопатках, «мост» из положения стоя; научиться спрыгивать с высоты; развивать скоростные и координационные качества с помощью гимнастических эстафет; научиться проводить разминку на матах; пере-страиваться в две и три	Познавательные: добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

			шеренги	информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату	представлений о нравственных нормах
30(3)	Гимнастика Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине		Научиться выполнять разминку на гимнастической скамейке; выполнять «мост» из положения стоя и кувырок назад; познакомиться с комбинациями на бревне, перекладине и акробатической комбинацией; выполнять прыжок с высоты	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
31(4)	Гимнастика Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине. Упражнения на		Научиться выполнять разминку на гимнастической скамейке; выполнять «мост» из положения стоя и кувырок назад; познакомиться с комбинациями на бревне,	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные:	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие

	бруснях.		перекладине и акробатической комбинацией; выполнять прыжок с высоты Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; выполнять упражнения на бруснях; участвовать в гимнастических эстафетах_{VIVi}	формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель Познавательные: добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
--	----------	--	---	--	---

32(5)	Гимнастика Упражнения на брусьях.		Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; выполнять упражнения на брусьях; участвовать в гимнастических эстафетах _{viVi}	<i>Познавательные:</i> добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
33(6)	Гимнастика Комбинация на брусьях.		Научиться выполнять новую разминку с гимнастическими палками; выполнять упражнения на брусьях; соединять разученные упражнения в различные комбинации; участвовать в гимнастических эстафетах	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной

				информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
34(7)	Гимнастика. Комбинация на брусках.		Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; выполнять упражнения на брусках; соединять разученные упражнения в комбинации; участвовать в гимнастических эстафетах	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				новые виды деятельности и формы сотрудничества	
35(8)	Гимнастика Комбинация на брусках.		Научиться выполнять разминку с резиновым бинтом; выполнять упражнения на брусках; соединять разученные упражнения в комбинации; участвовать в гимнастических эстафетах	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
36(9)	Гимнастика Контрольный урок по теме «Бруска». Тестирование подъёма туловища из положения лёжа.		Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками, выполнять контрольные упражнения и комбинации на брусках; подводить итоги контрольного урока Научиться проводить разминку с	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать учителя; с достаточной полнотой и точ-	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла

			гимнастическими палками; проходить тестирование подъема туловища из положения лежа и определение силы кисти; проводить сравнительную характеристику результатов; проводить встречную эстафету	ностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операциональный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач; адекватно принимать оценку взрослого и сверстника Познавательные: осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной форме; ориентироваться в своей системе знаний. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату	учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями Формирование устойчивой мотивации к самостоятельной и коллективной аналитической деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
37(10)	Гимнастика		Научиться выполнять	Познавательные: понимать	Формирование положительного

	Техника выполнения опорного прыжка согнув ноги		разминку с гимнастическими скакалками; координировать тело при прыжках; выполнять опорный прыжок через гимнастического козла согнув ноги; играть в подвижную игру «Позвони в колокольчик»	учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	отношения к занятиям физической культурой; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
38(11)	Гимнастика Техника выполнения опорного прыжка ноги врозь.		Научиться выполнять разминку с гимнастическими скакалками; координировать тело при прыжках; выполнять опорный прыжок через гимнастического козла согнув ноги и ноги врозь; выполнять усложненные опорные прыжки; играть в подвижную игру «Позвони в колокольчик»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать навыки работы в группе; организовать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осуществлять действие по	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование потребности ежедневно заниматься физическими

				образцу и заданному правилу	упражнениями
39(12)	Гимнастика Опорные прыжки		Научиться выполнять разминку с гимнастическими скакалками; координировать тело при сложных прыжках; выполнять опорный прыжок через гимнастического козла согнув ноги и ноги врозь; играть в подвижную игру «Позвони в колокольчик»	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; делать обобщения и выводы; высказывать предположения. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
40(13)	Гимнастика Контрольный урок по теме «Опорный прыжок»		Научиться выполнять разминку с гимнастическими скакалками; выполнять контрольные опорные прыжки согнув ноги и ноги врозь; выполнять усложненные варианты опорных прыжков, подводить итог контрольного урока	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями

				> '	
41(14)	Гимнастика Ритмическая гимнастика и ОФП Тестирование подтягивание.		Научиться проводить обще-развивающие упражнения под музыкальное сопровождение; выполнять упражнения ритмической гимнастики; проходить станции круговой т Научиться проводить разминку на месте; проходить тестирование подтягивания; ренировки проводить сравнительную характеристику результатов; проводить легкоатлетическую эстафету	<i>Познавательные:</i> добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки работы в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого <i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие мотивов учебной деятельности; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

				как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату	
Спортивные игры футбол 7 уроков					
42(1)	футбол Техника безопасности . Техника ведения мяча ногами.		Научиться проводить разминку с футбольным мячом; соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках физической культуры, посвященных подвижным и спортивным играм; выполнять ведение мяча ногами; развивать скоростно-сило-вые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установок на безопасный, здоровый образ жизни; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями
43(2)	футбол Техника ведения мяча ногами.		Научиться проводить разминку с футбольным мячом; соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках физической культуры,	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование уста-

			посвященных подвижным и спортивным играм; выполнять ведение мяча ногами; развивать скоростно-сило-вые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	новки на безопасный, здоровый образ жизни; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями
44(3)	футбол Техника передачи мяча ногами		Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; ведение мяча ногами различными способами; выполнять передачи мяча ногами различными способами; развивать скоростно-сило-вые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	Познавательные: осознавать познавательную задачу; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

				деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	
45(4)	футбол Техника передачи мяча ногами		Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; ведение мяча ногами различными способами; выполнять передачи мяча ногами различными способами; развивать скоростно-сило-вые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	Познавательные: осознавать познавательную задачу; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
46(5)	футбол Техника ударов по катящемуся мячу ногой		Научиться выполнять разминку с мячом в парах; ведения мяча ногами различными способами; выполнять удар по катящемуся мячу; развивать скоростно-сило вые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие

				информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
47(6)	футбол Техника ударов по катящему мячу ногами. Жонглирование мячом ногами		Научиться выполнять разминку с мячом в парах; ведения мяча ногами различными способами; выполнять удар по катящемуся мячу; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол» Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; выполнять удар по катящемуся мячу; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»; научиться жонглировать мячом ногами	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей Принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями;

				деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
48(7)	футбол Жонглирование мячом ногами		Научиться выполнять разминку с футбольным мячом; выполнять удар по катящемуся мячу; развивать скоростно-сило-вые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»; научиться жонглировать мячом ногами	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	Принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование

				кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	установки на безопасный, здоровый образ жизни
3 четверть 30 уроков					
Лыжная подготовка 16 уроков Спортивные игры волейбол 14 уроков					
49(1)	Волейбол Техника безопасность. Передачи мяча сверху двумя руками.		Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять прием и передачи волейбольного мяча в парах сверху двумя руками; играть в подвижную игру «Пионербол»; понимать правила спортивной игры «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах

				препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату	
50(1)	Лыжи. Техника безопасности. Попеременный двухшажный ход		Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; подбирать спортивную форму и лыжное снаряжение; передвигаться попеременным двухшажным ходом; играть в подвижную игру на лыжах «Догони впередиидущего»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
51(2)	Лыжи. Попеременный двухшажный ход		Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; подбирать спортивную форму и лыжное снаряжение; передвигаться попеременным двухшажным ходом; играть в подвижную игру на лыжах «Догони впередиидущего»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i>	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со

				осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
52(2)	Волейбол. Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке		Научиться разминаться с волейбольным мячом в парах; выполнять прием и передачи волейбольного мяча в парах сверху двумя руками, стоя на полу и в прыжке; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
53(3)	Лыжи. Одновременно бесшажный ход		Научиться разминаться на лыжах, передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: попеременный двухшажный и одновременный бесшажный; играть в подвижную игру «Догони впередиидущего»; научиться	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установ-

			правильно распределять свои силы для прохождения дистанции	информацию. <i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	ки на безопасный, здоровый образ жизни
54(4)	Лыжи. Одновременно бесшажный ход		Научиться разминаться на лыжах, передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: попеременный двухшажный и одновременный бесшажный; играть в подвижную игру «Догони впередиидущего»; научиться правильно распределять свои силы для прохождения дистанции	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; осознавать самого себя как движущую силу	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				своего наущения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	
55(3)	Волейбол Передача мяча сверху за голову, приём мяча снизу, нижняя прямая и боковая подача		Научиться разминаться с волейбольным мячом в парах; выполнять прием и передачи волейбольного мяча в парах сверху двумя руками в прыжке и снизу; выполнять нижнюю прямую и боковую подачи через сетку; выполнять передачу сверху за голову; играть в подвижную игру «Точная подача»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
56(5)	Лыжи. Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости.		Научиться разминаться на лыжах, передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: одновременный одношажный, одновременный бесшажный; играть в подвижную игру «Накаты»; научиться разгоняться и катиться на максимальное расстояние	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого	Формирование положительного отношения к учению; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	
57(6)	Лыжи. Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости.		Научиться разминаться на лыжах, передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: одновременный одношажный, одновременный бесшажный; играть в подвижную игру «Накаты»; научиться разгоняться и катиться на максимальное расстояние	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Формирование положительного отношения к учению; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
58(4)	Волейбол Приём мяча снизу, нижние подачи		Научиться разминаться с волейбольным мячом в парах; выполнять прием и передачи волейбольного мяча в парах сверху двумя руками и снизу, сверху за голову; выполнять нижнюю прямую и боковую подачи через сетку; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и	Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать

				исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
59(7)	Лыжи. Чередование различных лыжных ходов		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками, передвигаться, применяя все ранее разученные лыжные ходы; чередовать лыжные ходы; играть в подвижную игру «Накаты»; научиться разгоняться и катиться на максимальное расстояние	<i>Познавательные:</i> осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить. <i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями
60(8)	Лыжи Чередование различных лыжных ходов		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками, передвигаться, применяя все ранее разученные лыжные ходы; чередовать лыжные ходы; играть в подвижную игру «Накаты»; научиться разгоняться и катиться на максимальное расстояние	<i>Познавательные:</i> осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить. <i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями

61(5)	Волейбол Прямой нападающий удар.		Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять нижние и верхние подачи мяча через волейбольную сетку; выполнять прямой нападающий удар; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; контролировать свою деятельность по результату	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
62(9)	Лыжи. Повороты переступанием И прыжком на лыжах.		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками, передвигаться, применяя все ранее разученные лыжные ходы правильно чередуя их; научиться преодолевать дистанцию 1 км на лыжах; участвовать в эстафете с передачей лыжных палок	<i>Познавательные:</i> добывать новые знания; перерабатывать полученную информацию; проявлять индивидуальные способности. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				взрослыми. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	
63(10)	Лыжи. Преодоление естественных препятствий на лыжах.		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; подниматься на склон и спускаться со склона на лыжах различными способами; преодолевать естественные препятствия на лыжах	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; высказывать предположения; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. <i>Регулятивные:</i> адекватно принимать оценку взрослого и сверстников; контролировать свою деятельность по результату	Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
64(6)	Волейбол Подачи и удары		Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять нижние подачи через сетку; выполнять прямой нападающий удар; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный,

				кооперации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; контролировать свою деятельность по результату	здоровый образ жизни
65(11)	Лыжи. Торможение и поворот «упором».		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; спускаться со склона и подниматься на склон различными способами; поворачивать и тормозить упором»; преодолевать естественные препятствия	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; добывать новые знания; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

66(12)	Лыжи. Преодоление небольших трамплинов.		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; подниматься на склон различными способами; тормозить и поворачивать «упором»; играть в подвижную игру «Затормози в квадрате»ками; спускаться со склона, преодолевая небольшие	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями
67(7)	Волейбол Поддачи и удары		Научиться разминаться с набивными мячами; выполнять различные поддачи мяча через сетку; выполнять прямой нападающий удар; играть в спортивную игру «Волейбол»	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе	Формирование позитивного отношения к обучению; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоро-

				индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	вый образ жизни
68(13)	Лыжи. Подъём на склон и спуски со склона.		Научиться разминаться на лыжах; спускаться со склона, преодолевая небольшие трамплины; подниматься на склон различными способами; играть в подвижные игры «Затормози в квадрате» и «Подними предмет»	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
69(14)	Лыжи. Прохождение дистанции 2 км.		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; преодолевать дистанцию 2 км, правильно подбирая лыжный ход и распределяя силы по дистанции; участвовать во встречных эстафетах	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать	Формирование личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие самостоятельности и

				продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; сохранять заданную цель,	личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
70(8)	Волейбол Волейбольные упражнения.		Научиться разминаться с набивными мячами; выполнять различные подачи мяча через сетку; выполнять прямой нападающий удар; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и ставить познавательную цель; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
71(15)	Лыжи. Прохождение дистанции 3 км.		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками; преодолевать дистанцию 3 км,	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель;	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к

			правильно подбирая лыжный ход и распределяя силы по дистанции; участвовать во встречных эстафетах	перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; сохранять заданную цель	саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
72(16)	Лыжи. Контрольный урок по теме «Лыжная подготовка»		Научиться подбирать разминочные упражнения на лыжах для контрольного урока; технично выполнять все заданные упражнения на лыжах; правильно координировать свои действия; подводить итоги контрольного урока	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
73(9)	Волейбол Волейбольные упражнения.		Научиться разминаться с набивными мячами; выполнять различные подачи мяча через сетку; выполнять прямой нападающий удар; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и ставить познавательную цель; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; перерабатывать полученную	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие навыков

				информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
74(10)	Волейбол. Тактические действия.		Научиться разминаться с гимнастическими скакалками; волейбольную сетку; действовать тактически; играть в спортивную игру «Волейбол» выполнять подачи мяча через	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	
75(11)	Волейбол. Игры по правилам		Научиться разминаться с гимнастическими скакалками; выполнять волейбольные упражнения в парах; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности поступки на основе представлений о нравственных нормах за свои
76(12)	Волейбол. Игры по правилам		Научиться разминаться с гантелями; выполнять волейбольные упражнения в парах; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения;	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в

				делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату	разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
77(13)	Волейбол. Игры по правилам		Научиться разминаться с гантелями; выполнять волейбольные упражнения в парах через сетку; играть в спортивную игру «Волейбол»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
78(14)	Волейбол. Контрольный урок по теме		Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять контрольные волейбольные	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие

	«Волейбол». Спортивные игры.		упражнения; играть в спортивную игру «Волейбол»; подводить итоги контрольного урока	своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> осуществлять итоговый и пошаговый контроль; сохранять заданную цель	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
--	------------------------------	--	---	---	---

4 четверть 24 урока

Спортивные игры		Футбол 3 урока			
79(8)	Спортивная игра футбол		Научиться выполнять разминку с футбольным мячом в парах; развивать ско-ростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Футбол»; научиться применять на практике тактические действия; научиться жонглировать мячом правой, левой ногой и обеими ногами поочередно	<i>Познавательные:</i> ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i>	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

				осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	
80(9)	Спортивная игра футбол		Научиться выполнять разминку с футбольным мячом в парах; развивать ско-ростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Футбол»; научиться применять на практике тактические действия; научиться жонглировать мячом правой,левой ногой и обеими ногами поочередно	<i>Познавательные:</i> ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
81(10)	Контрольный урок		Научиться выполнять	<i>Познавательные:</i> выполнять	Развитие навыков со-

	по теме «Футбол». Подвижные спортивные игры.		разминку с футбольным мячом в парах; выполнять передачи мяча на дальние расстояния; выполнять футбольные упражнения в парах; научиться жонглировать мячом правой и левой ногами, поочередно правой и левой ногой; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Футбол»	учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; контролировать свою деятельность по результату	трудности со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
Спортивные игры Лепта 7 уроков					
83(1)	Техника безопасности. Ловля и передача. Перемещение. Учебная игра. Тест— 3*10.		Научиться проводить разминку в парах с мячами; бросать мяч с дальних дистанций; выполнять упражнения; участвовать в спортивной игре лепта	<i>Познавательные:</i> добывать новые знания; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме; выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего обучения, свою способность к	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ

				преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность, по результату	
84(2)	Учебная игра. Тактика Контроль - ловля и передача Бег удары. Тактика		Научиться проводить разминку в парах с мячами; выполнять броски, передачи и передвижения в лапте; участвовать в спортивной игре «Лапта»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
85(3)	Бег удары. Тактика. Учебная игра Контроль-перемещение. Учебная игра		Научиться проводить разминку в парах с мячами; выполнять броски, передачи и передвижения в лапте; участвовать в спортивной игре «Лапта»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои	Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

				действия и действия партнеров	
86(4)	Бег удары. Тактика Учебная игра Тест - прыжки на скакалке.		Научиться проводить разминку в парах с мячами; выполнять броски, передачи и передвижения в лапте; участвовать в спортивной игре «Лапта»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
87(5)	Учебная игра Удары. Тактика Тест - прыжки с места		Научиться проводить разминку в парах; участвовать в спортивной игре «Лапта»; выполнять броски мяча в прыжке;	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в системе знаний. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
88(6)	Учебная игра Удары. Тактика.		Научиться проводить разминку в парах; участвовать в	Познавательные: понимать учебные задачи урока и	Формирование ответственного отношения к учению, готовности

	Тест - отжимание.		спортивной игре «Лапта»; выполнять броски мяча в прыжке;	стремиться их выполнять; ориентироваться в системе знаний. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
89(7)	Контроль -Учебная игра.. Эстафеты с элементами спортивных игр.		Научиться проводить разминку с мячом; бросать мяч ; ; участвовать в спортивной игре «Лапта»	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в системе знаний. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: адекватно принимать оценку взрослого и сверстника; осуществлять итоговый контроль	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование
Лёгкая атлетика 14 уроков					
89(1)	Техника безопасность. Техника прыжка в		Научиться проводить разминку с набивными мячами; проходить тестирование определения силы кисти; выполнять прыжки в высоту	Познавательные: ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения;	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

	высоту «Перешагиванием»		способом «перешагивание»; проводить подвижную игру «Салки и мяч	делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное со- держание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	представлений о нравственных нормах; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упраж- нениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; формирование установки на безопасный, здоро- вый образ жизни
90(2)	Прыжок в высоту способом «Перешагиванием» .		Научиться проводить разминку с набивными мя- чами; выполнять прыжки в высоту способом «пере- шагивание» на результат; вносить изменения в свои действия для улучшения результата; проводить подвижную игру «Салки и мяч»	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-по- знавательные действия; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого , -	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; фор мирование потребности ежедневно заниматься физическими упраж- нениями; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; формирование установки на безопасный, здоро- вый образ жизни
91(3)	Контрольный урок по теме «Прыжки в высоту способом «перешагиванием» » Полоса препятствий.		Научиться проводить разминку с набивными мячами; выпол- нять контрольные прыжки в высоту способом «пере- шагивание»; вносить изменения в свои действия для улучшения результата; про-	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и

			водить подвижную игру «Салки и мяч»	устной форме; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операциональный опыт (учебных знаний и умений); адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
92(4)	Полоса препятствий.		Научиться проводить разминку на гимнастической скамейке; проходить легко-атлетическую полосу препятствий; выбирать оптимальные варианты прохождения полосы препятствий; преодолевать препятствия на-ступанием	<i>Познавательные:</i> добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к	Развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах

				преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	
93(5)	Тестирование прыжки в длину с места.		Научиться проводить разминку на месте; проходить тестирование прыжка в длину с места; проводить сравнительную характеристику результатов; проводить легкоатлетическую эстафету	Научиться проводить разминку на месте; проходить тестирование прыжка в длину с места; проводить сравнительную характеристику результатов; проводить легкоатлетическую эстафету	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
94(6)	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости.		Научиться соблюдать правила техники безопасности на занятиях легкой атлетикой; проводить беговую разминку; выполнять равномерный бег на среднюю дистанцию; проводить беговую эстафету	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
95(7)	Тестирование бега на 30 м. и челночный бег		Научиться проходить тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 х 10; проводить беговую разминку и эстафеты	<i>Познавательные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы.	Формирование устойчивой мотивации к самостоятельной и коллективной аналитической деятельности; развитие самостоятельности и личной

	3*10 м.			Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять итоговый контроль	ответственности за свои поступки; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
96(8)	Тестирование бега на 60 м.		Научиться проводить беговую разминку; проходить тестирование бега на 60 м; показывать технику спринтерского бега; играть в подвижную игру «Одиннадцатиметровые»	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять итоговый контроль	Формирование умения оценивать собственную учебную деятельность; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
97(9)	Тестирование метания мяча на дальность.		Научиться проводить разминку на месте; проходить тестирование метания мяча на дальность; выполнять равномерный гладкий бег за определенное время; проводить подвижные игры «Квадрат четыре-два» и «Одиннадцатиметровые»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять итоговый контроль	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

98(10)	Тестирование бега на 300 м.		Научиться проводить разминку на гибкость; проходить тестирование бега на 300 м; подводить итоги тестирования; выбирать и проводить подвижные и спортивные игры	<i>Познавательные:</i> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять итоговый контроль	Формирование устойчивой мотивации к самостоятельной и коллективной аналитической деятельности; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
99(11)	Тестирование бега на 1000 м.		Научиться проводить разминку на гибкость; выполнять равномерный гладкий бег на заданную дистанцию; проходить тестирование бега на 1000 м; выбирать и проводить подвижные и спортивные игры	<i>Познавательные:</i> осознавать познавательную задачу; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. <i>Коммуникативные:</i> понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять итоговый контроль	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование устойчивой мотивации к самостоятельной и коллективной аналитической деятельности
100(12))	Эстафетный бег.		Научиться проводить беговую разминку; проходить легкоатлетическую полосу препятствий; участвовать в эстафетах	<i>Познавательные:</i> ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. <i>Коммуникативные:</i> с	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав-

				достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и усло-	
101(13))	Эстафетный бег.скоростно-силовая подготовка		Научиться проводить разминку в движении; проводить эстафеты и скоростно-силовую подготовку	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки работы в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
102(14))	Тестирование бега на 1500 м.		Научиться проводить разминку на гибкость; выполнять равномерный гладкий бег на заданную дистанцию; проходить тестирование бега на 1500 м; выбирать и проводить подвижные и спортивные игры	Познавательные: осознавать необходимость тестирования с точки зрения познания своих возможностей; применять полученные знания для своего самосовершенствования. Коммуникативные: понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять итоговый контроль	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

103	Развитие скоростно –силовые качества		Научиться проводить разминку выбирать и проводить подвижные и спортивные игры	Познавательные: осознавать необходимость тестирования с точки зрения познания своих возможностей; применять полученные знания для своего самосовершенствования. Коммуникативные: понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять итоговый контроль	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
104	Сдача зачётов		выбирать и проводить подвижные и спортивные игры	Познавательные: осознавать необходимость тестирования с точки зрения познания своих возможностей; применять полученные знания для своего самосовершенствования. Коммуникативные: понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять итоговый контроль	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

105	Сдача зачётов		выбирать и проводить подвижные и спортивные игры	Познавательные: осознавать необходимость тестирования с точки зрения познания своих возможностей; применять полученные знания для своего самосовершенствования. Коммуникативные: понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять итоговый контроль	Формирование потребности ежедневно заниматься физическими упражнениями; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
-----	---------------	--	--	---	--

Тематическое планирование уроков 8 класса

№	Название темы	Всего часов	Планируемые результаты		
			Предметные	Метапредметные УУД	ЛичностныеУУД
Лёгкая атлетика 13уроков					
1	Техника безопасности по охране труда Организационно-методические требования на уроках физической культу	1	Научиться саблю- дать инструкции по технике безопасности на уроках физической культуры; выполнять специальные беговые упражнения; развивать скоростные качества с помощью беговых эстафет; развивать гибкость с помощью специальных упражнений	Познавательные: осознавать познав а тельную задачу: при менять полученные – знания на практике: ориентироваться в своей системе знаний. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; слушать и слышать учителя и друг друга Регулятивн ые: самостоятельно выделяют и формулировать познавательную цель искать и выделять необходимую информацию	Формирование поло-жительного отношения к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, принятие и освоение роли обучающегося развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявления культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой
2	Тестирование бега на 100 м.		Научиться проходить тестирование бега на 100 м проводить беговую разминку, выполнять подводящие упражнения для бега на короткие дистанции	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; обобщения и выводы Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивн ые: осознавать самого	Формирование ответственного отношения к учению; формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умение управлять СВОИМИ эмоциями; формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам .

				себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	
3	Бег на короткие дистанции.		Научиться проводить беговую разминку; показывать технику бега на короткие дистанции: выполнять подводящие упражнения для подготовки к бегу на короткие дистанции; показывать технику низкого старта; проводить футбольное игровое упражнение	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации: формировать навыки работы в группе. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого: осуществлять действие по образцу заданному правилу: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в образовательной деятельности; формирование ответственного отношения учению
4	Бег на короткие дистанции.		Научиться проводить беговую разминку; показывать технику бега на короткие дистанции: выполнять подводящие упражнения для подготовки к бегу на короткие дистанции; показывать технику низкого старта; проводить футбольное игровое упражнение	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя: эффективно сотрудничать способствовать продуктивной кооперации: формировать навыки работы в группе.	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в образовательной деятельности; формирование ответственного отношения учению

				<i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого: осуществлять действие по образцу и заданному правилу: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	
5	Техника метания мяча на дальность с разбега		Научиться проводить разминку в движении; правильно подбирать разминочные упражнения для метания: показывать технику метания мяча на дальность с разбега; показывать технику бега на средние дистанции; проводить соревновательное упражнение с малым мячом	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель: выполнять учебно-познавательные действия. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки работы в группе. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; умение управлять своими эмоциями
6	Тестирование метания мяча на дальность с разбега.		Научиться проводить разминку в движении; выполнять равномерный гладкий бег на средние дистанции; проходить тестирование метания мяча на дальность с разбега	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; обобщения и выводы <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умение управлять своими эмоциями, доброжелательного отношения к окружающим; формирование готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию

				Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий самокоррекции	
7	Тестирование бега на 2000м и 3000м		Научиться проводить разминку на гибкость, выполнять равномерный гладкий бег на заданную дистанцию; проходить тестирование бега 2000и 3000м; проводить футбольное игровое упражнение	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; обобщения и выводы Коммуникативные: понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих. Их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий самокоррекции	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умение управлять своими эмоциями, доброжелательного отношения к окружающим; формирование готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию
8	Техника прыжка в длину с разбега «Прогнувшись».Равномерный бег. Развитие выносливости		Научиться проводить разминку на гибкость, выполнять равномерный гладкий бег на заданное время, показывать технику прыжка в длину С разбега способом «прогнувшись» и способом «согнув ноги»; проводить футбольные подвижные игры	Познавательные: выполнять учебно-познавательные задачи ;;ставить и формулировать; самостоятельно выделять познавательную цель. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки работы в группе. Регулятивные: проектировать	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, ; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду; формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам

				траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. сформирован операциональный опыт	
9	Тестирование прыжка в длину с разбега «Прогнувшись». Равномерный бег. Развитие выносливости.		Научиться проводить разминку на гибкость, выполнять равномерный гладкий бег на заданное время, показывать технику прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись» и способом «согнув ноги»; равномерный бег на 2000м; объяснять термин <i>самоконтроль</i> - проводить футбольные подвижные игры	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; обобщения и выводы Коммуникативные: слушать и понимать мысли, стремления и желаний окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу, Регулятивные: : осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности	Формирование ответственного отношения к учению: умение владеть культурой общения и в процессе занятий взаимодействия физическими упражнениями, во время игр; формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию

10	Равномерный бег. Развитие выносливости		Научиться проводить разминку в движении; выполнять равномерный бег, бег на 2000м; объяснять термин <i>самоконтроль</i>-проводить футбольные подвижные игры	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ставить и формулировать проблем; делать обобщения, выводы Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. формировать операциональный опыт; умение осуществлять действия по образцу и заданному правилу	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, в процессе образовательной деятельности; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
11	Броски малого мяча на точ- ность		Научиться проводить разминку с малыми мячами; выполнять броски малого мяча горизонтальную и вертикальную цели; понимать технику выполнения различных бросков мяча; знать правила выполнения игровых упражнений с малыми мячом.	Познавательные: проявлять индивидуальные способности; ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; :проявления культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой;

				условиями коммуникации. Регулятивные. Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности по результату	
о12	Броски малого мяча на точ- ность		Научиться проводить разминку с малыми мячами; выполнять броски малого мяча горизонтальную и вертикальную цели; понимать технику выполнения различных бросков мяча; знать правила выполнения игровых упражнений с малыми мячом.	Познавательные: проявлять индивидуальные способности; ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в с соответствии задачами и условиями коммуникации. Регулятивные. Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности по результату	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование,; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

13	Броски малого мяча на точ- ность		Научиться проводить разминку с малыми мячами; выполнять броски малого мяча горизонтальную и вертикальную цели; понимать технику выполнения различных бросков мяча; знать правила выполнения тестирования метания; и выполнения игровых упражнений с малыми мячом; оптимальные прохождения полосы препятствий наступанием и прыжковым бегом	Познавательные: проявлять индивидуальные способности; ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в с соответствии задачами и условиями коммуникации. Регулятивные. Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности по результату	Формирование готовности нравственных чувств и нравственного поведения; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование,; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки ;к саморазвитию И к самообразованию; умение обеспечивать оптимальное сочетание умственных. Физических нагрузок и отдыха воспитание российской гражданской индиетичности, чувства патриотизма и уважения к Отечеству, знание истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения.
Футбол 10 уроков					

14(1)	Техника Удара по мячу внутренней стороной стопы		Научиться проводить разминку с футбольным мячом, соблюдать технику безопасности, посвящённых подвижным спортивным играм; выполнять удары по мячу внутренней	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ставить и формулировать проблем; делать обобщения, выводы самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать	Формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; :проявления культуры
-------	---	--	---	--	--

15(2)	Удары по мячу подъёмом ноги	стороной стопы; ведения мяча ногами; развивать внимательность и координационные качества с помощью игровых упражнений Научиться проводить разминку с футбольным мячом, соблюдать, посвящённых подвижным спортивным играм; выполнять удары по мячу внутренней стороной стопы; ведения мяча ногами; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «Мини-футбол»	друг друга; эффективно сотрудничать в холе и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы Регулятивные контролировать свою деятельность по результату; видеть указанную ошибку и исправлять её по указанию взрослого Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; осознавать познавательную задачу. Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблем; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать в холе и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы Регулятивные контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу сохранять заданную цель Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; осознавать познавательную задачу.	общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим
-------	--------------------------------	--	--	--

				Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблем;	
16(3)	Удары по катящемуся мячу подъемом ноги			перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать в холе и способствовать продуктивной корпорации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы Регулятивные контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу сохранять заданную цель Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; осознавать познавательную задачу. Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблем; перерабатывать полученную информацию	Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим
17(4)	Удар по мячу серединой лба			Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать в холе и способствовать продуктивной корпорации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы Регулятивные контролировать свою деятельность по результату;	Формирование

				осуществлять действие по образцу и заданному правилу сохранять	ответственного отношения к учению, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, в процессе образовательной деятельности;
18(5)	Вбрасывание мяча и удары головой по летящему мячу		Научиться проводить разминку с футбольным мячом, соблюдать технику безопасности, посвящённых подвижным спортивным играм; выполнять удары по летящему мячу головой; выбрасывание из-за боковой; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры «футбол»	Познавательные осознавать познавательную задачу Ориентироваться в своей системе знаний, ; ставить и формулировать проблемы; перерабатывать полученную информацию самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; высказывать предположения; делать выводы и обобщения Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; проектировать траектории развития через включения в новые виды	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, Формирование ответственного отношения к учению, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам,

				деятельности и формы сотрудничества	
19(6)	Футбольные упражнения с мячом		Научиться проводить беговую разминку; вбрасывание из-за боковой; удары по мячу головой; развивать скоростно-силовые и координационные качества с помощью спортивной игры футбол	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель искать и выделять необходимую информацию контролировать свою деятельность по результату;	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, развития осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам,
20(7)	Спортивная игра футбол		Научиться выполнять заданные упражнения, проводить разминку вбрасывание из-за боковой; удары по мячу выполнять удары по мячу серединой лба; играть в спортивную игру футбол	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ; делать обобщенные выводы Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка Регулятивные Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности ; адекватно понимать оценку взрослого и	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки ;развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости

				сверстника; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	
21(8)	Тестирование футбольных упражнений		Научиться выполнять заданные упражнения, проводить разминку вбрасывание из-за боковой; удары по мячу выполнять удары по мячу серединой лба; играть в спортивную игру футбол	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ; делать обобщенные выводы Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка Регулятивные Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности ; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки ;развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
22(9)	Спртивная игра Футбол		Научиться выполнять заданные упражнения, проводить разминку вбрасывание из-за боковой; удары по мячу выполнять удары по мячу серединой лба; играть в спортивную игру футбол	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ; делать обобщенные выводы Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка Регулятивные Определять новый	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки ;развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости

				уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности ; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	
23(10)	Контрольный урок по теме«Футбол»		Научиться выполнять контрольные заданные упражнения, проводить разминку вбрасывание из-за боковой; удары по мячу выполнять удары по мячу серединой лба; играть в спортивную игру футбол	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщенные выводы Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации владеть монологической и диалогическими формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка Регулятивные Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности ; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки ;развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
Баскетбол 12 уроков					
24(1)	Техника безопасности.		Научиться соблюдать инструкции по технике	Познавательные осознавать познавательную задачу, добывать новые	Формирование ответственного отношения

	Передвижение, повороты, броски мяча в б\б корзину.		безопасности на уроках посвящённых баскетболу, Научиться проводить беговую разминку; передвижения, поворот, броски мяча в баскетбольную корзину, играть в спортивную игру «баскетбол»	знания. Получать информацию от учителя и из учебников Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения; Добывать недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; действия по заданному правилу	к учению, Формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; , Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, в процессе образовательной деятельности
25(2)	Передача и броски мяча в баскетбольную корзину		Научиться выполнять беговую разминку; ловить и бросать мяч в парах, выполнять бросок в баскетбольную корзину различными способами; играть в спортивную игру «баскетбол»	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы. обобщения самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умение владеть культурой общения и в процесс е занятий взаимодействия физическими упражнениями, во время игр; умение управлять своими эмоциями

				к преодолению препятствий и самокоррекции;	
26(3)	Передачи и броски мяча в баскетбольную корзину		Научиться выполнять беговую разминку с гантелями; ловить и бросать мяч в парах, выполнять бросок в баскетбольную корзину различными способами; играть в спортивную игру «баскетбол»	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы. обобщения самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения Регулятивные: самостоятельно выделят и формулировать познавательную цель, осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции;	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умение владеть культурой общения и в процесс е занятий физической культурой; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

27(4)	Штрафные броски.		Научиться выполнять разминку с малыми мячами; выполнять штрафные броски различными способами; играть в подвижную игру»Тридцать три» в спортивную игру «баскетбол	Познавательные осознавать познавательную задачу, добывать новые знания. Получать информацию от учителя и из учебников Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения; Добывать недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять действия по заданному правилу	Формирование ответственного отношения к учению, Формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; , Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, в процессе образовательной деятельности
28(5)	Штрафные броски.		Научиться выполнять разминку с малыми мячами; выполнять штрафные броски различными способами; играть в подвижную игру» Тридцать три» в спортивную игру «баскетбол	Познавательные осознавать познавательную задачу, добывать новые знания. Получать информацию от учителя и из учебников Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения; Добывать недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции;	Формирование ответственного отношения к учению, Формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; , Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, в процессе

				осуществлять действия по заданному правилу	образовательной деятельности
29(6)	Вырывание и выбивание мяча		Научиться выполнять разминку с набивными мячами; вырывать и выбивать из рук партнёра; контролировать действия соперников на игровом поле; играть в спортивную игру «баскетбол»	Познавательные добывать новые знания. ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы. обобщения самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации Регулятивные Видеть указанную ошибку и исправлять её по указанию взрослого контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действия по образцу и заданному правилу	Формирование ответственного отношения к учению, Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, умение управлять своими эмоциями; умение владеть культурой общения и в процессе занятий физической культурой; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

30(7)	Перехват мяча.		Научиться выполнять разминку с набивными мячами; перехватывать и накрывать; контролировать действия противника; играть в учебную игру «Челнок»	Познавательные перерабатывать полученную информацию, самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, формировать навыки учебного сотрудничества. В ходе индивидуальной и групповой работы Регулятивные Видеть указанную ошибку и исправлять её по указанию взрослого; ; осуществлять действия по образцу и заданному правилу	Формирование ответственного отношения к учению, Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, умение владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями
31(8)	Перехват мяча.				
32(9)	Нападение и защита		Научиться выполнять разминку с баскетбольным мячом в парах; играть в защите и в нападении; действовать по команде,; играть в спортивную игру «баскетбол»	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы. обобщения самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения	Формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умения предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и

				Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять действия по заданному правилу; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим
33(10) 34(11)	Игра по правилам.	2	Научиться выполнять разминку с баскетбольным мячом в парах; играть в защите и в нападении; действовать по команде; играть в спортивную игру «баскетбол»	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы. обобщения самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять действия по заданному правилу; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умения предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим

35(12)	Контрольный урок по теме «Баскетбол»		Научиться разминаться с баскетбольным мячом выполнять контрольные баскетбольные упражнения;; играть в спортивную игру «баскетбол»; подводить итоги контрольного урока	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, делать обобщения и выводы Коммуникативные: достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. формировать навыки учебного сотрудничества, умение индивидуальной и групповой работы. Регулятивные адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, умение управлять своими эмоциями, развития самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
--------	--------------------------------------	--	--	---	---

Гимнастика 14 уроков

36(1)	Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой.	1	Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках посвящённых гимнастике, выполнять акробатические элементы, кувырок вперёд и назад. Стойку на лопатках, «мост», развивать скоростные и координационные качества с помощью гимнастических эстафет; научиться выполнять упражнения на	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; осознавать познавательную задачу, применять полученные знания на практике; ориентироваться в разнообразии акробатических элементов и специальных гимнастических эстафетах; развивающих скоростные и координационные качества, Коммуникативные: слушать и слышать учителя; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки работы в группе Регулятивные самостоятельно выделять	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
-------	---	---	--	--	--

			расслабление	и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров,	
37(2)	Длинный кувырок с разбега.	2	Научиться выполнять разминку на матах; выполнять длинный кувырок вперёд с разбега; выполнять акробатические элементы, кувырки вперёд и назад. Стойку на лопатках, «мост», развивать скоростные и координационные качества с помощью гимнастических эстафет; перестраиваться в две и три шеренги	Познавательные добывать новые знания. ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы. обобщения самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции контролировать свою деятельность по результату;	Формирование ответственного отношения к учению; осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, управлять культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой

38(3)	Кувырок назад в упор. Стоя ноги врозь		Научиться выполнять разминку на матах; выполнять кувырок назад в упор. Стоя ноги врозь; выполнять длинный кувырок вперёд с разбега; развивать координационные качества с помощью упражнений с обручем	Познавательные Ориентироваться в своей системе знаний, делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы. обобщения Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; проектировать траектории развития через включенные в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, проявление культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; доброжелательного отношения к окружающим;
-------	---------------------------------------	--	--	---	--

39(4)	Акробатические упражнения. Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине		Научиться выполнять разминку с гимнастическими обручами; выполнять акробатические элементы, соединять акробатические элементы в комбинации, лазать по канату; упражнения на гимнастическом бревне и перекладине;	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы. обобщения Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; проектировать траектории развития через включенные в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Воспитание российской гражданской идентичности, чувства патриотизма и уважения к Отечеству, знание истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения. Формирование ответственного отношения к учению; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; осознание своей этнической принадлежности
-------	---	--	---	--	--

40(5)	Стойка на голове и руках. Подъём переворотом на невысокой перекладине.		Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; выполнять стойку на голове и руках; лазать по канату; переворачиваться из положения «мост», составлять акробатическую комбинацию ;упражнения на гимнастическом бревне и перекладине; выполнять сложно-координационные упражнения; переход из виса на подкаленках в упор присев через стойку на руках; выполнять подъём переворотом на высокой перекладине	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; ставить и формулировать проблемы; Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки работы учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель, самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности ,проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование ответственного отношения к учению; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
-------	--	--	--	---	---

41(6)	Комбинация на гимнастическом бревне и перекладине		Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; составлять и выполнять комбинации на гимнастическом бревне и перекладине, выполнять подъём разгибом на перекладине	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять в конкретное содержание и сообщать его в устной форме Регулятивные самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование ответственного отношения к учению; готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам
-------	---	--	---	--	---

42(7)	Упражнения на брусках. Комбинация на гимнастическом бревне и перекладине		Научиться выполнять разминку с набивными мячами; выполнять упражнения на брусках; выполнять подъем переворотом и подъем разгибом на перекладине; участвовать в гимнастической эстафете	Познавательные ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять в конкретное содержание и сообщать его в устной форме Регулятивные самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
-------	--	--	---	--	---

43(8)	Упражнения на брусках.		Научиться выполнять разминку с набивными мячами; выполнять упражнения на брусках; выполнять подъем переворотом и подъем разгибом на перекладине; участвовать в гимнастической эстафете; выполнять кувырок вперед в сед ноги врозь на параллельных брусьях; ;	Познавательные ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять в конкретное содержание и сообщать его в устной форме Регулятивные самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;
-------	------------------------	--	---	--	--

44(9)	Комбинация на брусках.		Научиться выполнять разминку со скакалками; выполнять упражнения на брусках; составлять комбинацию на брусках; участвовать в гимнастической эстафете и ОФП;	Познавательные ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы обобщения; Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять в конкретное содержание и сообщать его в устной форме Регулятивные самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Развитие готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
-------	------------------------	--	--	--	--

45(10)	Комбинация на брусках.		Научиться выполнять разминку со скакалками; выполнять упражнения на брусках; составлять комбинацию на брусках; участвовать в гимнастической эстафете и ОФП;	Познавательные ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы обобщения; Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять в конкретное содержание и сообщать его в устной форме Регулятивные самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Развитие готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
46(11)	Техника выполнения опорного прыжка «ноги врозь» и «согнутые ноги». Контрольный урок по теме «Брусья»		Научиться выполнять разминку с гимнастическими палками; выполнять контрольные комбинации на брусках;; участвовать в гимнастической эстафете; подводить итоги контрольного урока; научиться правильно	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, делать обобщения и выводы; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; добывать новые знания	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; доброжелательного отношения к окружающим; относящихся к эстетической стороне физической

			координировать своё тело при прыжках; выполнять опорный прыжок через гимнастического козла ноги врозь и согнув ноги; лазать на гимнастической стенке; играть в подвижную игру»Позвони в колокольчик»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка; формировать навыки работы в группе; Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; Регулятивные формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операциональный опыт(учебных знаний и умений) адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Видеть указанную ошибку. Исправлять её по указанию взрослого; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	культуре установки на безопасный и здоровый образ жизни; готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни, Формирование ответственного отношения к учению
47(12)	Опорный прыжок боком с поворотом		Научиться выполнять разминку в движении; научиться правильно координировать своё тело при опорных прыжках; выполнять прыжок через гимнастического козла боком с поворотом, ноги врозь и согнув ноги; лазать на гимнастической стенке; играть в подвижную	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия, добывать новые знания: полученную информацию от учителя и из учебников Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять в конкретное содержание и сообщать его в устной форме Регулятивные самостоятельно выделять	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;; Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками ;

			игру»Позвони колокольчик» в	и формулировать познавательную цель; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества	формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни,
48(13)	Опорный прыжок		Научиться выполнять разминку со скакалками; Научиться выполнять различные варианты опорных прыжков, проходить гимнастическую полосу препятствий	Познавательные : ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия, делать выводы обобщения; Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять в конкретное содержание и сообщать его в устной форме Регулятивные самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;; Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками ; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
49(14)	Контрольный урок по теме «Опорный прыжок»		Научиться выполнять разминку с гимнастическими скакалками; выполнять	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия, понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; делать выводы обобщения;	Формирование ответственного отношения к учению, умение управлять своими

			контрольные опорные прыжки, боком с поворотом, ноги врозь и согнув ноги; подводить итоги контрольного урока; выполнять усложнённый варианты опорный прыжок	высказывать предположения Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации Регулятивные Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.	эмоциями;; Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и с взрослыми в процессе образовательной деятельности, Формирование нравственных чувств и нравственного поведения;
Лыжные гонки 18 уроков					
50(1)	Инструкция по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Попеременный двухшажный ход.		Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках лыжной подготовкой; подбирать спортивную форму, и лыжное снаряжение; передвигаться попеременным двухшажным ходом; играть в подвижную игру на лыжах «догони впередиидущего»	Познавательные : осознавать познавательную задачу; добывать новые знания: полученную информацию от учителя и из учебников Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; Формирование ответственного отношения к учению, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

51(2)	Попеременный двухшажный ход		Научиться разминаться на лыжах. , передвигаться попеременным двухшажным ходом; играть в подвижную игру на лыжах «догони впередиидущего», научиться правильно распределять свои силы для прохождения дистанции	Познавательные : осознавать познавательную задачу; добывать новые знания: полученную информацию от учителя и из учебников Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; Формирование ответственного отношения к учению, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
52(3)	Одновременно бесшажный ход.		Научиться разминаться на лыжах. , передвигаться на лыжах используя различные ходы попеременный двухшажный и одновременно бесшажный ; играть в подвижную игру на лыжах «догони впередиидущего», научиться правильно распределять свои силы для прохождения дистанции	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; ставить и формулировать проблемы; Ориентироваться в своей системе знаний, добывать новые знания: ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений Регулятивные самостоятельно выделять	Формирование ответственного отношения к учению, , готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;;, умение управлять своими эмоциями, умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе соревновательной деятельности на основе

				и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; Видеть указанную ошибку, исправлять её по указанию взрослого;	уважительного и доброжелательного отношения к окружающим
53(4)	Одновременно одношажный ход (скоростной вариант)		Научиться разминаться на лыжах. , передвигаться на лыжах используя различные ходы попеременный и двухшажный и одновременно бесшажный ;ускорение с помощью одновременно одношажного хода; переходить с одного хода на другой; играть в подвижную игр «накаты»	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия;; Ориентироваться в своей системе знаний, добывать новые знания: ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений Регулятивные самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; Видеть указанную ошибку, исправлять её по указанию взрослого;	Формирование ответственного отношения к учению, , готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;;, умение управлять своими эмоциями, умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим
54(5)	Чередование лыжных ходов.		Научиться разминаться на лыжах. , передвигаться на лыжах	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия;; Ориентироваться в своей системе	Формирование ответственного отношения к учению, , готовности и

			используя различные ходы попеременный двухшажный и одновременно одношажный; выполнять ускорение с помощью одновременно одношажного хода; переходить с одного хода на другой; играть в подвижную игр «накаты»	знаний, добывать новые знания: ставить и формулировать проблемы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений Регулятивные самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; Видеть указанную ошибку, исправлять её по указанию взрослого;	способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;;, умение управлять своими эмоциями, умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим
55(6)	Чередование лыжных ходов.		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками , передвижения на лыжах используя различные ходы попеременный двухшажный и одновременно одношажный; выполнять ускорение с помощью одновременно	Познавательные осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий; понимать учебные задачи и стремиться их выполнять Коммуникативные: формировать навыки работы учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы сохранять доброжелательное отношение друг к другу;	Развитие готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; осознанного и ответственного отношения

			одношажного хода; переходить с одного хода на другой; играть в подвижную игр «накаты»	Регулятивные осуществлять действия по образцу и заданному правилу; контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель	к собственным поступкам формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
56(7)	Коньковый ход		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками, передвижения на лыжах используя различные ходы попеременный и одновременно одношажный; коньковый ход; переходить с одного хода на другой; проходить заданную дистанцию	Познавательные : осознавать познавательную задачу; выполнять учебно-познавательные действия;; Ориентироваться в своей системе знаний, Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель; осуществлять действия по образцу и заданному правилу;	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение обеспечивать оптимальное сочетание умственных и физических нагрузок и отдыха; Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; формирование ответственного отношения к учению
57(8)	Коньковый ход		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками, передвижения на лыжах используя различные ходы попеременный	Познавательные : осознавать познавательную задачу; выполнять учебно-познавательные действия;; Ориентироваться в своей системе знаний, Коммуникативные: ; достаточной	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение обеспечивать оптимальное

			двухшажный и одновременно одношажный; коньковый ход; переходить с одного хода на другой; проходить заданную дистанцию	полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель; осуществлять действия по образцу и заданному правилу;	сочетание умственных и физических нагрузок и отдыха; Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; формирование ответственного отношения к учению
58(9)	Коньковый ход		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками, передвижения на лыжах используя различные ходы попеременный двухшажный и одновременно одношажный; коньковый ход; переходить с одного хода на другой; проходить заданную дистанцию	Познавательные : осознавать познавательную задачу; выполнять учебно-познавательные действия;; Ориентироваться в своей системе знаний, Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель; осуществлять действия по образцу и заданному правилу;	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение обеспечивать оптимальное сочетание умственных и физических нагрузок и отдыха; Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; формирование ответственного отношения к учению

59(10)	Подъёмы на склон и спуски со склона		Научиться разминаться на лыжах; подниматься на склон и спускаться со склона; передвигаться коньковым ходом; понимать технику выполнения упражнения на лыжах	Познавательные :понимать учебные урока, стремиться их выполнять; высказывать предположения, делать обобщения. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми Регулятивные Видеть указанную ошибку, исправлять её по указанию взрослого; сохранять заданную цель; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров	Развитие готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
60(11)	Подъёмы на склон и спуски со склона		Научиться разминаться на лыжах; подниматься на склон и спускаться со склона; передвигаться коньковым ходом; понимать технику выполнения упражнения на лыжах	Познавательные :понимать учебные урока, стремиться их выполнять; высказывать предположения, делать обобщения. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение обеспечивать оптимальное сочетание умственных и физических нагрузок и отдыха; формирование ответственного отношения к учению

				со сверстниками и взрослыми Регулятивные Видеть указанную ошибку, исправлять её по указанию взрослого; сохранять заданную цель; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров	
61(12)	Торможение боковым соскальзыванием		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками, понимать технику выполнения торможения боковым скольжением; играть в подвижную игру «Затормози в квадрате»	Познавательные ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы обобщения. самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми Регулятивные Видеть указанную ошибку, исправлять её по указанию взрослого; сохранять заданную цель; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение управлять своими эмоциями, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; умение владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями и во время игр
62(13)	Торможение боковым соскальзыванием		Научиться разминаться на лыжах с лыжными палками, понимать технику выполнения	Познавательные ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы обобщения. самостоятельно выделять и	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным

			торможения боковым скольжением; играть в подвижную игру «Затормози в квадрате»	формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми Регулятивные Видеть указанную ошибку, исправлять её по указанию взрослого; сохранять заданную цель; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров	поступкам; умение управлять своими эмоциями, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; умение владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями и во время игр
63(14)	Прохождение дистанции 2500 м		Научиться разминаться на лыжах. преодолевать дистанцию в 2.5 км, правильно подбирать лыжный ход и распределяя силы по дистанции; кататься со склона	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные сохранять заданную цель; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров⁴ определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности	Формирование умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;

64(15)	Чередование лыжных ходов.		Научиться разминаться на лыжах. правильно подбирать лыжный ход и распределяя силы по дистанции; кататься со склона	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные сохранять заданную цель; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров⁴ определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности	Формирование умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;
65(16)	Прохождение дистанции 3 км		Научиться разминаться на лыжах. преодолевать дистанцию в 3 км, правильно подбирать лыжный ход и распределяя силы по дистанции; кататься со склона	Познавательные . самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров; определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности	Формирование умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;

66(17)	Прохождение дистанции без учёта времени 5 км		Научиться разминаться на лыжах. преодолевать дистанцию в 5 км, правильно подбирать лыжный ход и распределяя силы по дистанции; кататься со склона	Познавательные . самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров; определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности	Формирование умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;
67(18)	Контрольный урок по теме «Лыжная подготовка»		Научиться подбирать разминочные упражнения на лыжах для контрольного урока; технично выполнять все заданные упражнения на лыжах; правильно координировать свои действия; подводить итоги контрольного урока	Познавательные :понимать учебные урока, стремиться их выполнять; высказывать предположения, делать обобщения и выводы; Коммуникативные: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка Регулятивные сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение управлять своими эмоциями, Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и с взрослыми в процессе образовательной деятельности, Формирование нравственных чувств и нравственного поведения;

Плавание 13 уроков

68(1)	Техника безопасность. Теория. Свободное плавание. Игры на воде.		Научиться соблюдать инструкции по технике безопасности на уроках плавания. Умение держаться на воде	Познавательные :понимать учебные урока, стремиться их выполнять; высказывать предположения, делать обобщения и выводы; Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию;	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, принятие и освоение роли обучающегося развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявления культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой
69(2)	Плавание Техника плавания на спине. Старты ныряние. Освобождение от захватов. Проплывание отрезков 25-50. игры на воде.		Научиться разминаться и подбирать упражнения подводящие; понимать технику выполнения плавания на спине, выполнять захваты и освобождение от них, уметь играть в игры на воде	Познавательные: выполнять учебно-познавательные задачи ;;ставить и формулировать; самостоятельно выделять познавательную цель. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки работы в группе. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, в процессе образовательной деятельности; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

				функциональных состояний, т. е. сформирован операциональный опыт	
70(3)	Плавание Техника плавания на спине Старты , ныряние. Освобождение от захватов. Проплыwanie отрезков 25-50.игр		Научиться разминаться .уметь проплывать отрезки любыми способами, правильно координировать свои действия; Выполнять технику ныряния с тумбочки по команде	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; ставить и формулировать проблемы; Коммуникативные: ; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки работы учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель, самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности ,проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;

71(4)	Плавание Техника плавания на спине. ныряние. Контроль-Освобождение от захватов. Проплыwanie отрезков 100-150 м. .игры на воде		Умение правильно подбирать подводные упражнения для плавания на спине, и старта; Умение оценивать технику захвата и освобождения. Правильно распределять силы. играть в игры на воде	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации: формировать навыки работы в группе. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого: осуществлять действие по образцу заданному правилу: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Формирование умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;
72(5)	Плавание. Техника плавания брасс. Повороты , ныряние. Толкание и буксировка предмета. Проплывание отрезков 25-50 м. .игры на воде.		Научиться выполнять разминку в воде, Умение правильно подбирать подводные упражнения для плавания брасс. выполнять технику поворотов; уметь буксировать и толкать предметы в играх на воде	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации: формировать навыки работы в группе. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого: осуществлять действие по образцу заданному правилу: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки ;к саморазвитию И к самообразованию; умение обеспечивать оптимальное сочетание умственных. Физических нагрузок и отдыха воспитание российской гражданской индичности, чувства патриотизма и уважения к Отечеству, знание истории развития физической культуры,

					спорта и олимпийского движения.
73(6)	Плавание Плавание Техника плавания брасс. Повороты ,Толкание и буксировка предмета.. Проплывание отрезков 100-150 м. .игры на воде. Плавательный кросс 200 м.		Научиться как можно дольше держаться на воде. Проплывать отрезки в разном темпе, правильно выполнять технику брасс.	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; обобщения и выводы Коммуникативные: понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих. Их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий самокоррекции	Формирование ответственного отношения к учению, Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, умение управлять своими эмоциями; умение владеть культурой общения и в процесс е занятий физической культурой; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
74(7)	Плавание. Техника плавания брасс. Повороты , Толкание и буксировка предмета.. Проплывание отрезков 100-150 м. .игры на воде. Плавательный кросс 200м. Способы транспортировки		Уметь выполнять подводящие упражнения, разминку в воде; виды поворотов, правильно распределять силы во время плавательного кросса, выполнять технику транспортировку	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; обобщения и выводы Коммуникативные: понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих. Их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий самокоррекции	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение обеспечивать оптимальное сочетание умственных и физических нагрузок и отдыха; формирование ответственного отношения к учению

75(8)	Плавание. Плавание Техника плавания брасс. Повороты. Проплывание отрезков 25= 50 м. игры на воде. Плавательный кросс 200м. Способы транспортировки		Уметь выполнять подводные упражнения, разминку в воде; виды поворотов, правильно распределять силы во время плавательного кросса, выполнять технику транспортировки	Познавательные осознавать познавательную задачу, добывать новые знания. Получать информацию от учителя и из учебников Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения; Добывать недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять действия по заданному правилу	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение обеспечивать оптимальное сочетание умственных и физических нагрузок и отдыха; формирование ответственного отношения учению
76(9)	Плавание Техника плавания брасс. Проплывание отрезков 100-150 м. игры		Применять виды плавания брасс и на спине во время проплывания отрезков, выполнять дыхательные упражнения под водой, анализировать технику плавания	Познавательные осознавать познавательную задачу, добывать новые знания. Получать информацию от учителя и из учебников Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения; Добывать недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять действия по заданному правилу	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, проявление культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; доброжелательного отношения к окружающим

77(10)	Плавание Техника плавания брасс. Проплывание отрезков 100-150 м. игры игры Плавание на воде. Плавательный кросс 300 м. Способы транспортировки		Использовать способы плавания при транспортировке . Уметь выполнять подводные упражнения, разминку в воде, уметь осуществлять судейство , осуществлять контроль за нагрузкой	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель: выполнять учебно-познавательные действия. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки работы в группе. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
78(11)	Плавание. Плавание Техника плавания кроль на груди. Проплывание отрезков 100-150 м. .игры на воде. Плавательный кросс 400 м. Способы транспортировки		Научиться проводить разминку на суше, технично выполнять технику плавания кроль на груди в сочетании с дыханием. Проплывать на скорости отрезки 100м и 150м; правильно распределять свои силы	<i>Познавательные:</i> выполнять учебно-познавательные действия; осознавать познавательную задачу. Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблем; перерабатывать полученную информацию <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать	Формирование умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой соревновательной деятельности на основе уважительного и

			на плавательном кроссе	друг друга; эффективно сотрудничать в холе и способствовать продуктивной корпорации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы Регулятивные контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу сохранять заданную цел	доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;
79(12)	Плавание Техника плавания кроль на груди Проплывание отрезков 100-150м. игры на воде. Плавательный кросс 400 м. Контроль-50 м.		Научиться разминаться вводе. Уметь играть в игры на воде с применением видов плавания, плавать на скорость 50 м разными видами способами	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; осознавать познавательную задачу. Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблем; перерабатывать полученную информацию Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать в холе и способствовать продуктивной корпорации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы Регулятивные контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу сохранять заданную цел	Формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; умение управлять своими эмоциями
80(13)	Плавание Техника плавания кроль на груди м. игры на воде. Плавательный		Уметь проводить разминку в воде, правильно распределять свои силы на	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ; делать обобщенные выводы	Формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и

	кросс 500 м.		плавательном кроссе 500м.уметь применять виды плавания и прикладного плавания в жизненных ситуациях	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка Регулятивные Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности ; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; умение управлять своими эмоциями
Волейбол 14 уроков					
81(1)	Инструкция по технике безопасности на занятиях волейбол		Научиться разминаться волей большим мячом, выполнять приём и передачи волейбольного мяча в парах сверху двумя руками; играть и понимать правила спортивной игры «волейбол»	Познавательные: ставить и формулировать проблем; высказывать предположения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения; Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату;	Формирование ответственного отношения к учению; готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;

82(2)	Передача сверху двумя руками		Научиться разминаться волей большим мячом, выполнять приём и передачи волейбольного мяча в парах выполнять передачи сверху двумя руками; играть и понимать правила спортивной игры «волейбол»	Познавательные осознавать познавательную задачу ;понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить; Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать в холе и способствовать продуктивной корпорации; Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению; готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;
83(3)	Передача сверху двумя руками в прыжке и назад		Научиться разминаться волей большим мячом, выполнять приём и передачи волейбольного мяча в парах выполнять передачи сверху двумя руками назад в прыжке; играть и понимать правила спортивной игры «волейбол»	Познавательные осознавать познавательную задачу ;понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить; Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать в холе и способствовать продуктивной корпорации; Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению; готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;
84(4)	Передача сверху за голову, приём мяча снизу. Нижняя прямая и боковые подачи		Научиться разминаться волей большим мячом, выполнять приём и передачи волейбольного мяча в парах	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить;	Формирование ответственного отношения к учению; осознанного и ответственного отношения к собственным

			выполнять передачи сверху двумя руками назад в прыжке, снизу и назад, выполнять нижнюю прямую и боковую подачи через сетку; играть в подвижную игру «точная подача»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать в холе и способствовать продуктивной корпорации; Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	поступкам, проявление культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой соревновательной деятельности
85(5)	Приём мяча снизу. Нижняя прямая и боковые подачи		Научиться разминаться волей большим мячом, выполнять приём и передачи волейбольного мяча в парах выполнять передачи сверху двумя руками назад в прыжке, снизу и назад, выполнять нижнюю прямую и боковую подачи через сетку; играть в спортивную игру «волейбол»	Познавательные : выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить; Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать в ходе и способствовать продуктивной корпорации; Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению; осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, проявление культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой соревновательной деятельности
86(6) 87(7)	Прямой нападающий удар.	2	Научиться разминаться с набивными мячами; выполнять прямой нападающий удар;	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить; и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную	Формирование ответственного отношения к учению; готовности и способности обучающихся

			разнообразные приёмы и подачи волейбольного мяча; играть в спортивную игру «волейбол»	информацию; Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной корпорации; Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование,
88(8) 89(9)	Отбивание мяча кулаком через сетку	2	Научиться разминаться волей большим мячом, выполнять отбивание мяча кулаком через сетку; выполнять приём мяча сверху с перекатом на спине; играть в спортивную игру «волейбол»	Познавательные: ставить и формулировать проблем; высказывать предположения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной корпорации Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению; умение владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований; умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к

					окружающим
90(10) 91(11)	Тактические действия Игра по правилам		Научиться разминаться с гимнастическими скакалками; выполнять подачи мяча через волейбольную сетку; действовать тактически и играть в спортивную игру «волейбол»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуального и групповой работы Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности	воспитание российской гражданской идентичности, чувства патриотизма и уважения к Отечеству; осознание своей этнической принадлежности; знание истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной учебной – исследовательской деятельности,
92(12)	Контрольный урок по теме «Волейбол		Научиться разминаться волей большим мячом; выполнять контрольные волейбольные упражнения; и играть в спортивную игру «волейбол» ; подводить контрольные итоги урока	Познавательные: Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы; делать обобщения и выводы Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими	Формирование ответственного отношения к учению; развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора; Формирование коммуникативной

				нормами родного языка Регулятивные: осуществлять итоговой контроль и пошаговый; сохранять заданную цель	компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной учебной – исследовательской деятельности,
Лёгкая атлетика 10 уроков					
93(1) 94(2)	Техника прыжка в высоту способом «перешагиванием»	2	Научиться проводить разминку на месте; выполнять прыжки в высоту способом «перешагиванием» проводить подвижную игру «салки и мяч»	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; делать обобщения и выводы; добывать новые знания; выполнять учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное содержание и сообщить его в устной форме Регулятивные контролировать свою деятельность по результату ; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование,
95(3)	Прыжок в высоту способом «перешагиванием». Прохождение легкоатлетической		Научиться проводить разминку на месте; с набивными мячами; выполнять прыжки в высоту способом «перешагиванием» на результат; вносить	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; делать обобщения и выводы; добывать новые знания; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию;	Формирование ответственного отношения к учению; готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к

	полосы препятствий.		изменения в свои действия для улучшения результата проводить подвижную игру «салки и мяч; проходить легкоатлетическую полосу препятствий; выбирать более оптимальные варианты; преодолевать препятствия наступанием и прыжковым бегом	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное содержание и сообщить его в устной форме; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять в конкретное содержание и сообщать его в устной форме Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности	обучению и познанию; проявление культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умения обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха
96(4)	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.		Научиться проводить разминку с малыми мячами, выполнять броски малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель; понимать технику выполнения бросков мяча; знать правила проведения тестирования метания мяча малого; знать правила	Познавательные: Проявлять индивидуальные творческие способности ставить и формулировать проблемы; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; Формирование осознанного и ответственного отношения

			проведения подвижной игры «точно в цель»	коммуникации Регулятивные Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности ; контролировать свою деятельность по результату; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	к собственным поступкам,
97(5)	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости. Равномерный бег		Научиться проводить беговую разминку; выполнять равномерный бег на среднюю дистанцию; рассчитывать свои силы на дистанции; проводить беговую эстафету	Познавательные: осознавать познавательную задачу, добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщить его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуального и групповой работы Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции,	Формирование ответственного отношения к учению; готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;
98(6)	Тестирование бега на 100 м. Равномерный бег. Развитие выносливости.		Научиться проводить беговую разминку; проходить тестирование бега на 100 м.; проводить сравнительную характеристику полученных результатов; проводить беговую эстафету и разминку	Познавательные: Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы; делать обобщения и выводы Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщить его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуального и групповой работы Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения,	Формирование ответственного отношения к учению; Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; умение управлять своими эмоциями; умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой

				свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, осуществлять итоговый контроль	соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим
99(7)	Тестирование метания мяча на дальность с разбега. Равномерный бег. Развитие выносливости.		Научиться проводить разминку в движении; выполнять равномерный гладкий бег на длинную 1500м и 2500 м дистанцию; рассчитывать свои силы проходить тестирование метания мяча на дальность с разбега; знать правила бега на длинные дистанции проводить футбольные подвижные игры	Познавательные: Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы; делать обобщения и выводы; выполнять учебно-познавательные действия; Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщить его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуального и групповой работы; слушать и слышать друг друга; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции;	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; проявление культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности,

100(8)	Тестирование бега на 2000 м Эстафетный бег		Научиться проводить разминку на гибкость выполнять равномерный гладкий бег на длинную на заданное расстояние; проходить тестирование бега на 2000 м ; проводить футбольные подвижные игры	Познавательные: Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы; делать обобщения и выводы; выполнять учебно-познавательные действия; Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации; понимать мысли, чувства. Стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование и одежду; формирование самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
101(9)	Тестирование бега на 3000 м Эстафетный бег		Научиться проводить разминку на гибкость и беговую разминку; выполнять равномерный гладкий бег на длинную на заданное расстояние; проходить тестирование бега на 3000 м ; проводить футбольные подвижные игры; знать технику эстафетного бега,	Познавательные: Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы; делать обобщения и выводы; выполнять учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию; Коммуникативные: достаточной полнотой и точностью выражать свои	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, формирование самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;

			проходить лёгкоатлетическую полосу препятствий; участвовать в эстафетах	мысли в соответствии задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Регулятивные осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; сохранять заданную цель	формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;
102(10)	Эстафеты. Скоростно-силовая подготовка		Научиться проводить разминку в движении; участвовать в эстафетах; проходить скоростно-силовую подготовку; выполнять упражнения на развитие памяти	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки в группе Регулятивные Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности ; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, формирование самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
103	Эстафеты		Научиться проводить разминку в движении; участвовать в эстафетах; проводить спортивные и подвижные игры; подводить итоги	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы высказывать предположения; делать обобщения и выводы;	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе

			четвёртой четверти	самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки в группе Регулятивные Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности ; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	образовательной деятельности, формирование самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
104 105	Спортивные игры	2	Научиться проводить разминку в движении; участвовать в эстафетах; проводить спортивные и подвижные игры;	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; Ориентироваться в своей системе знаний, ставить и формулировать проблемы высказывать предположения; делать обобщения и выводы; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки в группе Регулятивные Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, формирование самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни