

Государственное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
**гимназия № 498**  
Невского района Санкт-Петербурга

Рекомендована к использованию  
Педагогическим советом ГБОУ  
гимназии № 498

Протокол от 25.05.2018 № 6.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по физической культуре**

**для 8 класса**

Срок реализации программы **2018-2019 учебный год**

**Санкт-Петербург  
2018**

## Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре в 8 классе составлена в соответствии с Основной образовательной программой основного общего образования гимназии №498, принятой педсоветом ГБОУ гимназии №498, протокол от 25.05.2018 № 6.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников, где (в сочетании с другими формами обучения) достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах **основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами**, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась на основе государственной рабочей программы по физической культуре для учащихся 5-9 классов (под редакцией В.И. Ляха), в соответствии с требованиями освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования, с учётом особенностей образовательного учреждения, наличия материально-технического обеспечения, возможностей контингента учащихся.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. *Целью учебной программы* в основной школе конкретизируется и определяет направленность образовательного процесса на формирование устойчивых мотивов и потребностей учащихся в бережном отношении к своему здоровью, целостное развитие физических, духовных и нравственных качеств, творческий подход в организации здорового образа жизни. Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета «Физическая культура», в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, овладение определенными знаниями, двигательными умениями и навыками.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

- \*содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

- \*обучение основам базовых видов двигательных действий;

- \*дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;

- \*формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

- \*выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;

\*углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

\*воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

\*выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

\*формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

\*воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

\*содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, системно-деятельностный подход, расширение межпредметных связей, интенсификация и оптимизация учебного процесса.

*Принцип демократизации* в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, что является основой федерального компонента образовательного стандарта.

*Принцип гуманизации* педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка (его личного опыта и уровня достижений результатов обучения), максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе *педагогика сотрудничества* — идеи в изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству, построении совместной развивающей деятельности детей и взрослых на взаимопонимании.

*Системно-деятельностный (компетентностный) подход* заключается в представлении результатов обучения в виде способности выполнять определенную деятельность в соответствии с заданными требованиями. Способность выражается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Главной задачей обучения является – научить учащегося пользоваться полученными знаниями и умениями для решения различных жизненных задач.

Для реализации системно-деятельностного подхода необходимо строить образовательный процесс *на основе установления межпредметных связей* (посредством раскрытия взаимосвязи изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры). Некая интеграция предметов позволит учащимся применить знания и умения в конкретных ситуациях.

*Интенсификация и оптимизация учебного процесса* состоит в повышении целенаправленности обучения, в применении активных и творческих методов и форм обучения, в усилении мотивации занятий, в широком использовании современных образовательных технологий.

Учитель должен обеспечить каждому ученику одинаковый доступ к основам физической культуры, опираться на широкие и гибкие методы и средства обучения для развития учащихся с разным уровнем двигательных и психических способностей. На занятиях по физической культуре следует учитывать возрастные особенности личности ребёнка, интересы и склонности детей.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Предметом обучения физической культуре в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. *Особенностью программы* в основной школе является направленность на углублённое обучение базовым двигательным действиям, включающих технику упражнений основных видов спорта (лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, лыжные гонки, единоборство). Обучение в 8 классе основывается на приобретенных в предыдущих классах двигательных умениях и навыках, причем элементы единоборств включаются в урок отдельными частями при прохождении учебного материала раздела программы «гимнастика». В рамках курсовой подготовки продолжается углубление знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, на развитие физических, духовных и нравственных качеств, о методике самостоятельной тренировки. В рамках программы учащиеся получают знания о способах и правилах организации самостоятельных занятий, обучаются умениям их планирования, проведения и контроля. Обеспечивается дальнейшее всестороннее развитие координационных и кондиционных способностей, а также их сочетание. В рамках программы учащиеся углубляют сведения о способах контроля величины и функциональной направленности физической нагрузки, о способах её регулирования в процессе выполнения разных физических упражнений. Большое значение в подростковом возрасте придаётся решению воспитательных задач: выработке привычке к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время, воспитанию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни, воспитанию волевых качеств, а также нравственных и духовных сторон личности, таких, как честность, милосердие, взаимопомощь, отзывчивость и др.

Процесс обучения способствует формированию универсальных учебных действий у учащихся, таких как: *познавательные* действия (овладение стандартной техникой изучаемого упражнения и освоение необходимых знаний), *регулятивные* действия (умение организовывать свою учебную деятельность) и *коммуникативные* действия (умение взаимодействовать в коллективе).

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств личности ребенка, соблюдения гигиенических норм.

## МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Физическая культура» изучается в 8 классе из расчёта 3 часа в неделю, 102 часа в год. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 08.10.2010 № ИК-1494/19. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

В данной программе учебный материал на овладение компонентами программы физического воспитания учащихся (спортивные игры, гимнастика с элементами акробатики, гимнастика с элементами единоборств, легкоатлетические упражнения, лыжная (кроссовая) подготовка) представлен из расчета 3 часа в неделю в соответствии с методическими рекомендациями «Варианты планирования уроков физической культуры в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга» (авторы – Е.В. Попова, О.В. Старолавинова) – СПб.: СПб АППО, 2012г. Раздел «основы знаний о физической культуре» осваивается в процессе уроков.

## **ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 8 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

**Личностные результаты** включают готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению, ценностно-смысловые установки и отражают:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- знание истории физической культуры своего народа, усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений;
- освоение социальных норм и правил поведения в обществе; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей; развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;

**Метапредметные результаты** включают освоенные универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные) и отражают:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- формирование умения самостоятельно планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, собственные возможности ее решения; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль и оценку своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 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;

- овладение сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием учебного предмета, овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты** включают освоенный учащимися опыт деятельности в рамках изучения предмета и отражают:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;

- овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

- расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;

- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга.

### **КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ УЧАЩИХСЯ**

Оценка успеваемости по физической культуре производится на общих основаниях и включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний, степень владения двигательными умениями и навыками, умение осуществлять физкультурно–оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение учебных нормативов. Оценка должна стимулировать активность учащихся, интерес к занятиям физической культурой, желание улучшить собственные результаты. В этой связи при оценке успеваемости учитель в большей мере ориентируется на темпы продвижения ученика в развитии его двигательных способностей, поощряя его стремление к самосовершенствованию, к углублению знаний в области физической культуры и ведению здорового образа жизни.

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ**

Деятельность педагога осуществляется на основе личностной ориентации педагогического процесса, активизации и интенсификации деятельности учащихся, эффективности управления и организации учебного процесса, дидактического усовершенствования и реконструирования материала.

В уроках физической культуры используются следующие образовательные технологии:

1. **Здоровьесберегающие технологии** (внедрение адаптивной системы обучения с учетом индивидуальных особенностей учащихся, их состояния здоровья; применение упражнений с различной функциональной направленностью).
2. **Технологии коллективного обучения** (обеспечение общения в процессе обучения как между учителем и учениками, так и между учащимися, обучение в сотрудничестве, предполагающее организацию групп учащихся, работающих совместно над решением какой-либо задачи, в процессе которого возникает необходимость включать механизм адаптации к индивидуальным особенностям товарищей, устанавливая социальные контакты с членами коллектива).
3. **Технологии разноуровневого обучения** (обеспечение свободы в выборе средств, форм и методов обучения, создание условий для организации учебной деятельности обучающихся с учетом уровня обучаемости, необходимого времени для усвоения учебного материала, позволяющие приспособить учебный процесс к индивидуальным особенностям школьников, различному уровню сложности содержания обучения).
4. **Технология проблемного обучения** (изложение учебного материала учителем таким образом, при котором обеспечивается самостоятельный поиск учеником оптимального решения двигательной задачи, свободное воспроизведение приобретенных знаний и навыков в различных ситуациях, постановка учителем перед учениками поисковых заданий, организация коллективного обсуждения возможных решений с определением наиболее рационального способа выполнения путем практического опробования и осмысления).
5. **Компьютерные технологии** (использование ЭОР в образовательном процессе).

#### **ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

В результате освоения содержания учебного предмета «физическая культура» учащиеся по окончании 8 класса должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры.

*Обучающиеся должны знать:*

- основы физической культуры как системы разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека;
- правила техники безопасности во время занятий физическими упражнениями;
- историю развития физической культуры, особенности развития избранного вида спорта, историю Олимпийских игр;
- основы обучения двигательным действиям, особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей, корригирующей и тренировочной направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;
- физиологические основы деятельности систем организма при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в подростковом периоде;
- характеристику основных физических качеств и общих правил их тестирования;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;

- современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями, способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

*Обучающиеся должны уметь:*

- составлять и выполнять комплексы корригирующих упражнений, подбирать и планировать комплексы физических упражнений на развитие основных физических качеств, коррекцию осанки и телосложения, разрабатывать индивидуальный двигательный режим, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- организовывать и проводить самостоятельные занятия, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга, правильно пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебных заданий;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения.

*Обучающиеся должны демонстрировать двигательные умения, навыки и способности:*

*в циклических и ациклических локомоциях:* овладеть техникой упражнений в ходьбе, беге, прыжках, при передвижении на лыжах; пробегать с максимальной скоростью 30-100 м из положения высокого или низкого старта; бегать в ранномерном темпе до 20 мин (мальчики) и 15 мин (девочки), с максимальной скоростью 2000м (мальчики) и 1500м (девочки); совершать прыжки в длину с места и с 11—13 шагов разбега способом «согнув ноги»; выполнять прыжок в высоту с 7—9 шагов бокового разбега способом «перешагивание»; преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 4-5 препятствий; передвигаться на лыжах 3 км с максимальной скоростью и 5 км без учета времени;

*в метаниях на дальность и на меткость:* метать малый мяч в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 12-16 м, на дальность с 4-5 шагов разбега; выполнять броски набивного мяча (2 – 3 кг) на дальность разными способами;

*в гимнастических упражнениях:* выполнять строевые упражнения; осуществлять комплексы упражнений без предметов различной направленности и с предметами; выполнять акробатическую комбинацию, включающую кувырки вперед и назад, стойку на лопатках, стойку на голове с помощью (мальчики), гимнастический мост (девочки); совершать лазанье по канату способом «в три приема» и «в два приема» на расстояние 6 м и более; выполнять прыжки через скакалку; выполнять опорный прыжок через козла высотой 110-115 см каким-либо из освоенных способов; преодолевать полосу из 5 препятствий с помощью лазанья по гимнастической скамейке и стенке, перелезания (или опорного прыжка), акробатических упражнений, упражнений в равновесии на гимнастической скамейке, бревне высотой до 1 м; выполнять висы и упоры, комбинацию из освоенных элементов, подтягивание из виса на перекладине, отжимание из упора лежа; выполнять наклон вперед из положения сидя, поднимание туловища из положения лежа на спине;



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

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

*Способы физкультурно-оздоровительной деятельности:* самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; применять физические упражнения с целью укрепления здоровья и повышения физической работоспособности; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений.

*Способы спортивной деятельности:* осуществлять соревновательную деятельность по одному из видов спорта.

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

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

### **Знания о физической культуре**

**История физической культуры.** История развития физической культуры. Характеристика видов спорта. Физическая культура в современном обществе. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

**Физическая культура (основные понятия).** Физическое развитие человека. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Техническая подготовка, техника движений. Спортивная подготовка, развитие физических качеств. Здоровье и здоровый образ жизни. Организация и планирование самостоятельных занятий физической культурой. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

**Физическая культура человека.** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Режим дня, его содержание и правила планирования. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и координационные способности. Физическая нагрузка и способы ее дозирования, признаки утомления, самоконтроль за двигательной деятельностью. Планирование самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

### **Способы двигательной (физкультурной) деятельности**

**Организация самостоятельных занятий физической культурой.** Подготовка к занятиям физической культурой, соблюдение требований техники безопасности. Составление комплексов различной направленности с учетом индивидуального состояния здоровья, физического развития, двигательной (технической) и физической подготовленности. Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой. Организация досуга средствами физической культуры.

**Оценка эффективности занятий физической культурой.** Самонаблюдение за индивидуальным физическим развитием по его основным показателям (длина и масса тела, окружность грудной клетки, осанка). Самонаблюдение за индивидуальными показателями физической подготовленности (тестирование физических качеств). Самоконтроль изменения частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений, определение физической нагрузки.

Анализ и оценка техники осваиваемых упражнений, самоконтроль.

### **Физическое совершенствование**

### **Физкультурно-оздоровительная деятельность**

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для профилактики нарушений зрения. Комплексы адаптивной физической культуры в соответствии с медицинскими показаниями.

### **Спортивно-оздоровительная деятельность**

*Гимнастика с основами акробатики, элементами единоборств. Организующие команды и приемы.* Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

*Общеразвивающие упражнения:* комплексы упражнений без предметов различной направленности и с предметами.

*Акробатические упражнения:* 2-3 кувырка вперед, длинный кувырок вперед (мальчики); 2-3 кувырка назад, кувырок назад в упор стоя ноги врозь (мальчики); кувырок назад в полушпагат (девочки); стойка на лопатках из упора присев перекатом назад; кувырок вперед в сойку на лопатках (мальчики); стойка на голове (мальчики); стойка на руках с помощью (мальчики); гимнастический мост из положения лежа на спине и стоя у стены, мост и поворот в упор стоя на одном колене (девочки); акробатическая комбинация.

*Упражнения в висах:* на гимнастической стенке, на перекладине, на канате.

*Комбинации из висов и упоров для мальчиков:* подъем переворотом в упор толчком двумя – махом назад соскок; вис завесом на одной – подъем махом назад в сед ноги врозь.

*Комбинации из висов и упоров для девочек:* махом одной и толчком другой подъем переворотом в упор – опускание вперед в вис присев; вис лежа на нижней жерди – сед боком на нижней жерди – соскок.

*Упражнения в упорах, в равновесии:* на гимнастической скамейке, бревне высотой до 1 м (стойки, повороты, переход в упор присев, упор стоя на колене, сед; разновидности ходьбы, соскок прогнувшись); комбинации из освоенных элементов.

*Упражнения в лазаньи:* по канату способом «в три приема» и «в два приема».

*Опорный прыжок:* через козла в ширину и длину высотой 110-115 см способом «согнув ноги» (мальчики); через козла в ширину высотой 110 см способом «ноги врозь» и «бок с поворотом на 90°» (девочки).

*Гимнастические упражнения прикладного характера.* Прыжки со скакалкой. Преодоление полосы препятствий с элементами равновесия, лазанья, перелезания, переползания. Упражнения с элементами единоборств: упражнения в парах силовой направленности, упражнения на овладение приемами страховки, подвижные игры с элементами единоборств.

*Лёгкая атлетика. Беговые упражнения:* бег на средние и короткие дистанции; высокий старт, старт с опорой на одну руку, низкий старт с последующим ускорением 30-100 м; бег с изменяющимся направлением движения, челночный бег 3x10 м, 6x10 м, 10x10 м; бег в ранномерном темпе до 20 мин (мальчики) и 15 мин (девочки), на дистанцию 2000м (мальчики) и 1500м (девочки).

*Прыжковые упражнения:* прыжки в длину с места и с 11—13 шагов разбега способом «согнув ноги»; прыжок в высоту с 7—9 шагов бокового разбега способом «перешагивание»;

*Броски:* набивного мяча (2 – 3 кг) на дальность разными способами.

*Метание:* малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель, по движущейся цели и на дальность с 4-5 шагов разбега.

*Лыжные гонки.* Строевые приемы с лыжами. Повороты на месте махом. Повороты переступанием в движении. Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом, одновременным бесшажным ходом, одновременным двухшажным ходом и

одновременным одношажным ходом (основной и стартовый варианты). Подъем на склон и спуск под уклон. Преодоление бугров и впадин при спуске со склона. Торможение «плугом», «упором». Поворот «упором». Передвижение на лыжах на дистанцию до 5 км.

**Спортивные игры. Баскетбол:** стойка игрока, передвижения, повороты без мяча и с мячом, остановка двумя шагами и прыжком; ловля и передача мяча с пассивным сопротивлением защитника двумя руками сверху, снизу, от груди и одной рукой от плеча на месте и в сочетании с передвижением; ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника на месте и в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; бросок мяча с пассивным сопротивлением защитника одной рукой от плеча с места и в движении, двумя руками сверху с места; вырывание и выбивание мяча, перехват мяча; комбинации из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом; подвижные игры с элементами баскетбола; учебная игра по упрощенным правилам мини-баскетбола 4:4 и 5:5.

**Волейбол:** стойка игрока, перемещения; передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед по направлению передачи; нижняя прямая подача мяча через сетку; прием мяча двумя руками снизу после подачи; прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером; комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом; подвижные игры с элементами волейбола; учебная игра по упрощенным правилам мини-волейбола.

**Футбол:** стойка игрока, перемещения; ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника по прямой и с изменением направления движения и скорости; удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком и по летящему мячу серединой лба; остановка мяча внутренней стороной стопы и подошвой; удары по воротам; вырывание и выбивание мяча, перехват мяча; игра вратаря; комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом; подвижные игры с элементами футбола; учебная игра по упрощенным правилам мини-футбола.

**Прикладно-ориентированная подготовка.** Прикладно-ориентированные упражнения.

**Упражнения общеразвивающей направленности.** Общефизическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие физических (двигательных) качеств в базовых видах спорта (спортивные игры, гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика, лыжные гонки).

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

№ пп	Наименование разделов (модулей)	Часы				год
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе уроков				
2	Спортивные игры	12	-	6	5	23
3	Гимнастика с элементами акробатики	1	18	1	1	21
4	Гимнастика с элементами единоборств	1	3	1	1	6
5	Легкоатлетические упражнения	13	-	-	17	30
6	Лыжная	-	-	22	-	22

	(кроссовая) подготовка					
	ИТОГО	27	21	30	24	102

#### **Литература для учителя:**

1. Васильева Н.В., Попова Е.В. Методические рекомендации по безопасности проведения уроков физической культуры / для руководителей образовательных учреждений, учителей физической культуры, педагогов-организаторов спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы – СПб.: СПб АППО, 2012.
2. Васильева Н.В., Колесникова М.Г., Попова Е.В. Урок физкультуры как урок здоровья. / Учебно-методическое пособие для руководителей образовательных учреждений, учителей физкультуры, методистов по физкультуре – СПб.: СПб АППО, 2012.
3. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников Виленского М.Я., Ляха В.И. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2012.
4. Лях В.И., Зданевич А.А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классы. / Учебное издание – М.: Просвещение, 2010.
5. Попова Е.В., Старолавникова О.В. Варианты планирования уроков физической культуры в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга / методические рекомендации – СПб.: СПб АППО, 2012.
6. Современная оценка образовательных достижений учащихся (Петербургский вектор внедрения ФГОС ООО) / Методическое пособие под общ. ред. И.В. Муштавинской – СПб: КАРО, 2015.

#### **Литература для учащихся:**

1. Лях В.И.. Физическая культура. 8-9 классы. / Учебник для общеобразовательных организаций – М.: Просвещение, 2014.

Календарно-тематическое планирование 8 класс

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
1.	Техника безопасности на занятиях по л/а. Бег в равномерном темпе до 4 мин (д) / 5 мин (м). Бег с ускорением до 100м (высокий старт, старт с опорой на одну руку), эстафеты.			Ознакомление учеников с техникой безопасности во время занятий физической культурой, развитие выносливости, бег с ускорением до 100м (высокий старт, старт с опорой на одну руку). Эстафеты	Пробегать дистанцию до 4мин(д), 5 мин (ю). Выполнять ускорение до 100 м с высокого старта, и старта с опорой на одну руку. Эстафеты.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	Знание истории физической культуры своего народа, усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, формирование уважительного отношения к культуре других народов;
2	Бег в равномерном темпе до 4 мин (д) / 5 мин (м). Бег с ускорением до 100м (низкий			Выполнение бега в среднем темпе. Учить пробегать дистанцию с ускорением до 100м. Эстафеты	Выполнить бег в равномерном темпе. Выполнить бег с ускорением до 100м с высокого старта и старта с опорой на одну руку.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения,	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество–	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	старт), эстафеты.				Эстафеты.	готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;
3	Бег в равномерном темпе до 4 мин (д) / 5 мин (м). Бег с ускорением, <b>30м на р-т.</b> Эстафеты.			Бег в равномерном темпе. Выполнить бег на 30м на результат. Эстафеты.	Уметь пробегать длинную дистанцию. Уметь выполнять бег на 30м на результат. Эстафеты.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию	<b>Р:</b> планирование: выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> обще учебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						и самообразование с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	коммуникативных задач.	соревновательной деятельности;
4.	Бег в равномерном темпе до 5 мин (д) / 6 мин (м). Бег с ускорением до 100м. Прыжки в длину с места. <b>Тест на гибкость на р-т.</b>			Содействовать развитию выносливости. Пробегание дистанции до 100м. Восстановить навык прыжка в длину с места. Выполнить тест на гибкость.	Выполняют бег в равномерном темпе. Бегают с ускорением до 100м. Выполняют прыжок в длину с места. Выполняют тест на гибкость.	Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						здоровью людей;		мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
5.	Бег в равномерном темпе до 5 мин (д) / 6 мин (м). Бег с ускорением, <b>60м на р-т</b> . Прыжки в длину с места			Выполняют бег в равномерном темпе. Бег 60м на результат. Прыжок в длину с места	Развитие выносливости. Бег 60 м на результат. Прыжки в длину с места	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных	<b>Р:</b> планирование применять усвоенные правила в планировании способа решения задачи. <b>П:</b> общеучебные контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью.	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						предпочтений ;		
6.	Бег в равномерном темпе до 6 мин (д) / 7 мин (м) с преодолением препятствий. <b>Прыжки в длину с места на р-т</b>			Выполнение прыжка в длину с места на результат. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Прыжок в длину с места на результат. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	<b>Р:</b> контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <b>П:</b> общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
7.	Бег в равномерном темпе до 6 мин (д) / 7 мин (м) с преодолением препятствий.			Обучение технике бега на длинную дистанцию с преодолением препятствий.	Бег в равномерном темпе до 7 мин, бег с преодолением препятствий. ОРУ. Специальные	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения,	<b>Р:</b> планирование – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат. <b>П:</b> общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач; Контролировать и оценивать	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					беговые упражнения. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств.	готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	процесс в результате своей деятельности. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
8.	Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м) с преодолением препятствий. <b>Прыжки в длину с места</b>			Тестирование прыжка в длину с места на результат. Бег в равномерном темпе с преодолением препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Прыжок в длину с места. Бег с преодолением препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и	<b>Р:</b> контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование– предвосхищать результаты. <b>П:</b> общеучебные ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. <b>К:</b> взаимодействие формулировать собственное	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						самообразование с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	мнение, слушать собеседника; управление коммуникацией разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	деятельности;
9.	Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м) с преодолением препятствий. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель, на дальность с шага. Игры с			Бег с преодолением препятствий. Метание малого мяча в горизонтальную цель, на дальность с шага.	Бег с преодолением препятствий. Метание мяча (150 г) в горизонтальную и вертикальную цель, на дальность с шага. ОРУ. Беговые упражнения	Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	метанием мяча.					людей;		физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
10	Бег в равномерном темпе до 8 мин (д) / 10 мин (м). Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель, на дальность с 3 шагов. Игры с метанием мяча.			Выполнение бега в равномерном темпе с препятствиями. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель, на дальность с 3 шагов	Бег с преодолением препятствий. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель, на дальность с 3 шагов	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях
11	Бег в равномерном темпе до 8 мин (д) / 10 мин (м). Метание			Выполнение бега . ОРУ. Специальные беговые упражнения. Метание малого	Бег . ОРУ. Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча на дальность	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	малого мяча на дальность с 4-5 шагов, по движущейся цели. Игры с метанием мяча.			мяча на дальность с 4-5 шагов разбега по движущейся цели.	с 4-5 шагов по движущейся цели Развитие выносливости.		задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
12	<b>Бег 1500м (д) / 2000м (м) б/у времени.</b> Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов, по движущейся цели. Игры с метанием мяча.			Выполнение бега (1500м - д.. 2000м-м.) без учета времени. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча с 4-5 шагов, по движущейся цели.	Бег (1500м - д.. 2000м-м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча с 4-5 шагов, по движущейся цели.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						сохранении индивидуального здоровья;		деятельности;
13	Бег в равномерном темпе 9 мин (д) / 12 мин (м). <b>Метание малого мяча</b> в цель (на р-т) / на дальность с 4-5 шагов (с учетом овладения техникой). Игры с метанием мяча.			Бег в равномерном темпе 9мин (д)/12мин.(ю). Метание малого мяча в цель на результат /на дальность с 4-5 шагов	Равномерный бег. Метание малого мяча в цель с 4-5 шагов на дальность на результат.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р: целеполагание-преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: общеучебные осознанно строить сообщения в устной форме. К: взаимодействующие -задавать вопросы, формулировать свою позицию	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
14	Техника			Ознакомление с	Передвижение в	Формировани	Ознакомление с правилами	Знание истории

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	безопасности на занятиях по спорт. играм. (баскетбол). Передвижения в стойке баскетболиста. Челночный бег 3*10м, 6*10м. Эстафеты.			правилами техники безопасности по баскетболу. Передвижения в стойке баскетболиста. Челночный бег 3*10, 6*10. Эстафеты.	стойке баскетболиста. Челночный бег 3*10, 6*10м. Эстафеты.	эстетических потребностей, ценностей и чувств;	техники безопасности по баскетболу. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Провести тестирование – прыжок в длину с места. Правила игры в баскетбол.	физической культуры своего народа, усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, формирование уважительного отношения к культуре других народов;
15	Передвижения в стойке баскетболиста. <b>Подтягивание на р-т.</b> Челночный бег 3*10м, 10*10м. Эстафеты.			Совершенствовать передвижения в стойке баскетболиста. Подтягивание на результат. Челночный бег 3*10м, 10*10м. Эстафеты.	Передвижения в стойке баскетболиста. Подтягивание на результат. Челночный бег 3*10м, 10*10м. Эстафеты	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию	<b>Р:</b> осуществление учебных действий – выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> – вносить необходимые изменения и дополнения. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;		соревновательной деятельности;
16	Передвижения в стойке баскетболиста. <b>Челночный бег 3*10м на р-т.</b> Эстафеты.			Совершенствовать передвижения в стойке баскетболиста. Челночный бег 3*10 м на результат. Эстафеты.	Передвижения в стойке баскетболиста. Челночный бег 3*10м на результат. Эстафеты	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> -выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;		
17	Повороты без мяча, с мячом. Ловля и передача мяча на месте, бросок мяча в корзину с места. Эстафеты, игры с мячом.			Разучить повороты без мяча, с мячом. Ловля и передача мяча на месте, бросок мяча в корзину с места.	Повороты без мяча, с мячом. Ловля и передача мяча на месте, бросок мяча в корзину с места. Игры с мячом.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты. П: <i>обще учебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение, слушать собеседника; <i>управление коммуникацией</i> – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								<p>подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий</p>

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								физическими упражнениями;
18	Повороты без мяча, с мячом. Ловля и передача мяча в сочетании с передвижением, бросок мяча в корзину с места. Эстафеты, игры с мячом.			Разучить повороты без мяча, с мячом. Ловля и передача мяча в движении, бросок мяча в корзину с места.	Повороты без мяча, с мячом. Ловля и передача мяча в движении, бросок мяча в корзину с места. Игры с мячом.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р: контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование – предвосхищать результаты.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
19	Остановка двумя шагами. Ловля и передача мяча в сочетании с передвижением, ведение			Разучить остановку двумя шагами. Ловля и передача мяча в движении, бросок мяча в корзину после двух шагов	Остановка двумя шагами. Ловля и передача мяча в сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок мяча в корзину после двух шагов.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности	Р: <i>целесолагание</i> – удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. П: <i>общеучебные</i> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мяча, бросок мяча в корзину после двух шагов. Эстафеты, игры с мячом				Эстафеты, игры с мячом	обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	контроль	здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
20	Остановка двумя шагами. Ловля и передача мяча в сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок мяча в корзину после двух			Совершенствовать остановку двумя шагами. Ловля и передача мяча в сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок мяча в корзину после двух шагов. Учить вырывание и выбивание мяча.	Остановка двумя шагами. Ловля и передача мяча в сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок в корзину после двух шагов. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> –	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	шагов. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом.				баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом.	самообразование с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	строить монологическое высказывание, вести устный диалог	организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
21	Остановка прыжком. Ловля и передача мяча в сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов			Знать остановку прыжком. Ловить и передавать мяч в сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание и выбивание мяча.	Остановка прыжком. Ловля и передача мяча в сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – строить монологическое высказывание, вести устный диалог	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом.							
22	Остановка прыжком. Ловля и передача мяча с учетом овладения техникой, ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным			Совершенствовать остановку прыжком. Ловить и передавать мяч с учетом овладения техникой, ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов	Остановка прыжком. Ловля и передача мяча, ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – строить монологическое высказывание, вести устный диалог	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	сопротивлением защитника, игры с мячом.					предпочтений ;		
23	Ведение мяча с учетом овладения техникой, бросок мяча в корзину двумя руками. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом.			Повторить ведение мяча с учетом овладения техникой, бросок мяча в корзину двумя руками. Учить перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов с пассивным сопротивлением защитника. Игры.	Ведение мяча с учетом овладения техникой, бросок мяча в корзину двумя руками. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов с пассивным сопротивлением защитника. Игры .	Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
24	Бросок мяча в корзину двумя руками. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом, игра в б/л 3:3.			Учить бросок мяча в корзину двумя руками. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом. Игра в баскетбол 3/3	Бросок мяча в корзину двумя руками. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом. Игра в баскетбол 3/3	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
25	Бросок мяча в корзину в движении с учетом			Совершенствовать бросок мяча в корзину в движении с	Бросок мяча в корзину в движении, с учетом овладения	Формирование эстетических потребностей,	Р: оценка –устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	овладения техникой. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом, игра в б/л 4:4.			учетом овладения техникой. Уметь перехватывать мяч. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом, игра в б/л 4:4.	техникой. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом, игра в б/л 4:4.	ценностей и чувств;	П: общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. К: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание	личностного смысла учения
26	Техника безопасности на занятиях с элементами единоборств. Силовые упражнения в парах, игры с элементами единоборств. Комбинации из освоенных элементов			Знать технику безопасности на занятиях с элементами единоборств. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игра в б/л 4:4.	История единоборств. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игра в б/л 4:4.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и	<b>Р:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения	Знание истории физической культуры своего народа, усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, формирование уважительного

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игра в б/л 4:4.					сохранении индивидуального здоровья;		отношения к культуре других народов;
27	Силовые упражнения в парах, игры с элементами единоборств. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игра в б/л 5:5.			Выполнять силовые упражнения в парах, игры с элементами единоборств. Играть в баскетбол используя освоенные элементы.	Силовые упражнения в парах, игры с элементами единоборств. Играть в баскетбол используя освоенные элементы.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	<b>Р:</b> <i>прогнозирование</i> предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. <b>П:</b> <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
28	Техника безопасности на занятиях по гимнастике.			Повторить Правила поведения при проведении занятий по	Выполнение 2-3 кувырков вперед; мост из положения, лежа на спине;	Понимание роли и значения физической культуры в	<b>Р:</b> <i>целесолагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной	Знание истории физической культуры своего народа, усвоение гуманистических,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения (2-3 кувырка вперед; мост из положения лежа на спине; перекатом назад стойка на лопатках; 2-3 кувырка назад). Упражнения в равновесии.			гимнастике. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения (2-3 кувырка вперед с учетом овладения техникой; мост из положения лежа на спине; перекатом назад стойка на лопатках; 2-3 кувырка назад). Упражнения в равновесии.	перекатом назад стойка на лопатках; 2-3 кувырка назад. Упражнения в равновесии.	формирование и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	форме. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, формирование уважительного отношения к культуре других народов;
29	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами			Повторить Правила поведения при проведении занятий по гимнастике.	Выполнение 2-3 кувырков вперед; мост из положения, лежа на спине; перекатом назад	Понимание роли и значения физической культуры в формировании	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	единоборств. Акробатические упражнения (2-3 кувырка вперед с учетом овладения техникой; мост из положения стоя с помощью / у стены; перекатом назад стойка на лопатках; 2-3 кувырка назад). Упражнения в равновесии.			Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения (2-3 кувырка вперед с учетом овладения техникой; мост из положения лежа на спине; перекатом назад стойка на лопатках; 2-3 кувырка назад). Упражнения в равновесии.	стойка на лопатках; 2-3 кувырка назад. Упражнения в равновесии.	и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	<b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	качеств, активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
30	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами			Выполнять строевые упражнения ОРУ с элементами единоборств. Акробатические	Строевые команды, «Направо», «налево», «кругом». ОРУ с элементами	Понимание роли и значения физической культуры в формировании	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	единоборств. Акробатические упражнения (перекатом назад стойка на лопатках с учетом овладения техникой; кувырок вперед в стойку на лопатках (м); длинный кувырок вперед (м); 2-3 кувырка назад; кувырок назад в полушпагат (д); мост из положения стоя с помощью / у стены). Упражнения			упражнения, Упражнения в равновесии	единоборств. Акробатические упражнения (перекатом назад стойка на лопатках с учетом овладения техникой; кувырок вперед в стойку на лопатках (м); длинный кувырок вперед (м); 2-3 кувырка назад; кувырок назад в полушпагат (д); мост из положения стоя с помощью / у стены).	и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	и решать проблемы. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	в равновесии.							
31	Строевые упражнения. Упражнения с гимнаст. скамейкой. Акробатические упражнения (кувырок вперед в стойку на лопатках (м); длинный кувырок вперед (м); 2-3 кувырка назад; кувырок назад в полушпагат (д); мост из положения стоя с помощью / у стены). Упражнения			Выполнять упражнения с гимнастической скамейкой. Выполнять акробатическую комбинацию. Упражнения в равновесии на бревне	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. Выполнение акробатической комбинации. Упражнения на равновесие на бревне.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	в равновесии, упорах на бревне.							
32	Строевые упражнения. Упражнения с гимнаст. скамейкой. Акробатические упражнения (кувырок вперед в стойку на лопатках (м); длинный кувырок вперед (м); 2-3 кувырка назад с учетом овладения техникой; кувырок назад в полушпагат (д); мост из			Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. Упражнения с гимнастической скамейкой. Акробатические упражнения. Выполнять упражнения в равновесии, упорах на бревне.	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. Упражнения с гимнастической скамейкой. Акробатические упражнения. Выполнять упражнения в равновесии, упорах на бревне	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	положения стоя с помощью / у стены). Упражнения в равновесии, упорах на бревне.							
33	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения (кувырок назад в упор стоя ноги врозь(м); стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост и			Выполнять ОРУ с элементами единоборств. Разучить акробатическую комбинацию (кувырок назад в упор стоя ноги врозь(м); стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост и поворот в упор стоя на одном колене (д)). Упражнения в равновесии, упорах на бревне.	Выполнение ОРУ с элементами единоборств. Разучивание акробатической комбинации. Выполнять упражнения в равновесии.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р. - волевая саморегуляция, коррекция, оценка качества и уровня усвоения, контроль в форме сличения с эталоном. П. - умение структурировать знания, К. - планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	поворот в упор стоя на одном колене (д). Упражнения в равновесии, упорах на бревне.							физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								занятий физическими упражнениями;
34	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения (кувырок назад в упор стоя ноги врозь(м); стойка на голове (м); мост и поворот в упор стоя на одном колене (д)). Упражнения в равновесии,			Совершенствовать выполнение строевых упражнений. Учитывать акробатическую комбинацию. Упражнения в равновесии на бревне.	Выполнение строевых упражнений. ОРУ с элементами единоборств. Выполнять акробатическую комбинацию. Упражнения в равновесии	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	упорах на бревне.							
35	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения (кувырок назад в упор стоя ноги врозь(м); стойка на голове (м); мост и поворот в упор стоя на одном колене (д)). Упражнения в равновесии, упорах на бревне.			Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Акробатическая комбинация. Упражнения в равновесии в упорах на бревне	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Выполнение акробатической комбинации. Упражнения в равновесии, в упорах на бревне.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
36	Строевые упражнения. Упражнения			Повторить строевые упражнения.	Выполнение команды «Прямо!».	Развитие мотивов учебной	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности,	Овладение основами технических

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	у гимнаст. стенки в висах, в висах и упорах на перекладине. Акробатические упражнения (комбинации из освоенных элементов; стойка на руках с помощью (м)). Упражнения в равновесии, упорах на бревне. <b>Поднимание туловища из положения лежа на спине на р-т.</b>			Выполнять упражнения у гимнастической стенки в висах, в висах и упорах на перекладине. Выполнять акробатическую комбинацию. Выполнять упражнения в равновесии. Выполнять тест по подниманию туловища из положения лежа на спине.	Повороты направо, налево в движении. Выполнение упражнений с использованием гимнастической стенки. Выполнение акробатической комбинации. Выполнение упражнений в равновесии. Выполнять тест по подниманию туловища.	деятельности, формирования личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
37	Строевые упражнения. Упражнения у гимнаст. стенки в висах, в висах и упорах на перекладине. Акробатические упражнения (комбинации из освоенных элементов; стойка на руках с помощью (м)). Комбинация на гимнастическом бревне с учетом			Повторить строевые упражнения. Акробатическая комбинация из освоенных элементов. Закрепить комбинацию на бревне из освоенных элементов.	Акробатическая комбинация из освоенных элементов. Комбинация на бревне из освоенных элементов.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	овладения техникой.							
38	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатическая комбинация с учетом овладения техникой. Упражнения в висах и упорах на перекладине и бревне. Упражнения в равновесии.			Повторить строевые упражнения. Акробатическая комбинация из освоенных элементов. Закрепить комбинацию на бревне из освоенных элементов.	Акробатическая комбинация из освоенных элементов. Комбинация на бревне из освоенных элементов.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях
39	Строевые упражнения.			Повторить строевые	Акробатическая комбинация из	Формировани	Р. - формирование умения планировать, контролировать и	Понимание роли и значения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения (комбинации из освоенных элементов). Комбинация на перекладине с учетом овладения техникой. Упражнения в равновесии на бревне.			упражнения. Акробатическая комбинация из освоенных элементов. Закрепить комбинацию на бревне из освоенных элементов.	освоенных элементов. Комбинация на бревне из освоенных элементов.	эстетических потребностей, ценностей и чувств;	оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, и в укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
40	Строевые упражнения. общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. <b>Тест на</b>			Повторять строевые упражнения. Выполнить тест на гибкость. Выполнять прыжок через козла в ширину	Тест на гибкость. Прыжок через козла в ширину («ноги врозь»). Проходить полосу препятствий.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения,	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	гибкость / р-т. Опорный прыжок через козла в ширину ("ноги врозь"). Преодоление полосы препятствий.			(«ноги врозь»). Преодолевать полосу препятствий.		готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;
41	Строевые упражнения. Упражнения со скакалкой, прыжки за 30 сек / р-т. Опорный прыжок через козла в ширину ("ноги			Сдавать прыжки на скакалке на результат. Совершенствовать опорный прыжок через козла в ширину «ноги врозь». Преодолевать полосу препятствий.	Прыжки со скакалкой на результат. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	врозь"; "согнув ноги" (м)). Преодоление полосы препятствий.					и самообразование с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	поведение и поведение окружающих	соревновательной деятельности;
42	Строевые упражнения. Упражнения со скакалкой, прыжки за 1 мин. Опорный прыжок (через козла в ширину "ноги врозь" и "боком с поворотом на 90*" (д); через козла в длину			Выполнять строевые упражнения. Прыжки со скакалкой 1 мин. Повторить прыжок через козла в ширину «ноги врозь». Восстановить навык прыжка «боком с поворотом на 90* (д), через козла в длину «согнув ноги» (ю).	Строевые упражнения. Прыжки со скакалкой. Прыжок через козла. Преодоление препятствий.	Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	"согнув ноги" (м). Преодоление полосы препятствий.			Преодолевать полосу препятствий.		здоровью людей;		мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
43	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. <b>Подтягивание на р-т.</b> Опорный прыжок (через козла в ширину "ноги врозь" и "боком с поворотом на 90*" (д); через козла в длину "согнув ноги" (м)).			Совершенствовать строевые упражнения. Совершенствовать упражнения с элементами единоборств. Выполнять подтягивание на результат. Совершенствовать опорный прыжок. Преодоление полосы препятствий.	Строевые упражнения. ОРУ с элементами единоборств. Тест на подтягивание. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Преодоление полосы препятствий.							
44	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. <b>Отжимание на р-т.</b> Опорный прыжок (через козла в ширину "ноги врозь" и "боком с поворотом на 90*" (д); через козла в длину "согнув ноги" (м)). Преодоление полосы препятствий.			Отжимание на результат. Совершенствовать опорный прыжок через козла. Преодолевать полосу препятствий.	Тест на сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
45	Строевые			Совершенствовать	Строевые	Развитие	Р. - овладение способностью	Понимание роли и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Опорный прыжок с учетом овладения техникой. Преодоление полосы препятствий.			ь опорный прыжок через козла. Преодолевать полосу препятствий.	упражнения. ОРУ с элементами единоборств. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	мотивов учебной деятельности, формирования личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
46	Строевые упражнения. Комплекс упражнений ритмической			Развитие координационных способностей. Разучить комплекс	Строевые упражнения. Комплекс упражнений ритмической	Понимание роли и значения физической культуры в	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение	Понимание роли и значения физической культуры в формировании

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	гимнастики (РГ). Преодоление полосы препятствий.			ритмической гимнастики. Преодолевать полосу препятствий	гимнастики. Полоса препятствий.	формирование и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
47	Строевые упражнения. Комплекс упражнений РГ. Преодоление полосы препятствий с учетом овладения техникой.			Выполнять строевые упражнения. Учить комплекс упражнений ритмической гимнастики. Преодолевать Полосу препятствий.	Строевые упражнения. Комплекс ритмической гимнастики. Полоса препятствий.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						ого здоровья;		
48	Строевые упражнения. Комплекс упражнений РГ. Преодоление полосы препятствий			Выполнять строевые упражнения. Выполнять комплекс ритмической гимнастики. Преодолевать полосу препятствий.	Строевые упражнения. Ритмическая гимнастика. Полоса препятствий.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
49	Техника безопасности на занятиях по л/а. Бег в равномерном темпе до 4 мин (д) / 5 мин (м). Бег с ускорением, эстафеты с			Ознакомить с техникой безопасности по л/а. Содействовать развитию выносливости Бег с ускорением. Эстафеты/Ознакомить с правилами поведения при	Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ. Содействуют развитию выносливости./	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и	Знание истории физической культуры своего народа, усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<p>этапом до 100м. / <i>Техника безопасности и на занятиях по лыжной подготовке. Строевые приемы с лыжами (повороты на месте). Повороты переступанием в движении. Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 1км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с</i></p>			<p>проведении занятий по лыжной подготовке. Строевые приемы с лыжами. Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода. Проходить дистанцию до 1 км. Эстафеты с этапом до 100м</p>	<p>Техника попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 1 км со средней скоростью. Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ.</p>		<p>сотрудничества</p>	<p>формирование уважительного отношения к культуре других народов;</p>

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>преследовани ем.</i>							
50	Бег в равномерном темпе до 4 мин (д) / 5 мин (м). Бег с ускорением, эстафеты с этапом до 100м. / <i>Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием в движении с учетом овладения техникой. Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции</i>			Ознакомить с техникой безопасности по л/а. Содействовать развитию выносливости Бег с ускорением. Эстафеты/Ознакомить с правилами поведения при проведении занятий по лыжной подготовке. Строевые приемы с лыжами. Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода. Проходить дистанцию до 1 км. Эстафеты с этапом до 100м	Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ. Содействуют развитию выносливости./ Техника попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 1 км со средней скоростью. Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании и человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>на лыжах до 1км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>				Инструктаж по ТБ.			
51	Бег в равномерном темпе до 4 мин (д) / 5 мин (м). Бег с ускорением, эстафеты с этапом до 100м. / <i>Строевые приемы с лыжами. Попеременный двухшажный ход с учетом овладения техникой. Одновременный</i>			Содействовать развитию выносливости. Развивать скоростно-силовые качества. Эстафеты./ Уметь выполнять строевые приемы с лыжами. Выполнять попеременный двухшажный ход. Знать Одновременный бесшажный ход. Проходить дистанцию на лыжах до 1,5 км. Эстафеты с этапом до 100м.	Бег в равномерном темпе. Бег с ускорением. Эстафеты./ Строевые приемы с лыжами. Попеременный двухшажный ход, одновременный бесшажный ход. Преодоление дистанции 1,5 км. Эстафеты.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;



№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>бесшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 1,5км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследовани ем</i>							<p>формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими</p>

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								упражнениями;
52	Бег в равномерном темпе до 5 мин. Упражнения на гимнастической скамейке (со скамейкой). Подвижные игры на овладение навыками в метании мяча "4 стойки", "перестрелка" и др. / <i>Повороты на месте махом с учетом овладения техникой. Одновременный</i>			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения на гимнастической скамейке. Учить подвижные игры на овладение навыков метаний./ Знать повороты на месте махом. Одновременный бесшажный ход, и одновременный двухшажный ход. Содействовать развитию выносливости	Бег в равномерном темпе. Упражнения на гимнастической скамейке. Игры на овладение навыками метаний./ Повороты на месте махом. Одновременный бесшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 1,5км.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>бесшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 1,5км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>							
53	Подвижные игры на овладение навыками в метании мяча "4 стойки", "перестрелка" и др. / Одновременный бесшажный			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения на гимнастической скамейке. Учить подвижные игры на овладение навыков метаний./ Знать повороты на месте махом.	Бег в равномерном темпе. Упражнения на гимнастической скамейке. Игры на овладение навыками метаний./ Повороты на месте махом. Одновременный	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>ход с учетом овладения техникой. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 2км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>			Одновременный бесшажный ход, и одновременный двухшажный ход. Содействовать развитию выносливости	бесшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 2км.	и самообразование с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	физической культуры, спорта и олимпийского движения;
54	Бег в равномерном темпе до 5 мин. Упражнения на гимнастической скамейке (со скамейкой). <b>Тест на гибкость / р-</b>			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения на гимнастической скамейке. Выполнять тест на гибкость. Игры на овладение навыками в метании./ Знать	Бег в равномерном темпе. Упражнения на гимнастической скамейке. Игры на овладение навыками метаний. Тест на гибкость./ Повороты на месте махом.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<p><b>г.</b> Подвижные игры на овладение навыками в метании мяча "4 стойки", "перестрелка" и др. /</p> <p><i>Одновременный двухшажный ход.</i></p> <p><i>Одновременный одношажный ход (основной вариант).</i></p> <p><i>Прохождение дистанции на лыжах до 2км.</i></p> <p><i>Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследовани</i></p>			<p>повороты на месте махом.</p> <p>Одновременный бесшажный ход, и одновременный двухшажный ход.</p> <p>Содействовать развитию выносливости</p>	<p>Одновременный бесшажный ход.</p> <p>Одновременный двухшажный ход.</p> <p>Прохождение дистанции на лыжах до 2км.</p>	<p>и самообразования с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;</p>	<p>деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.</p>	<p>физической культуры, спорта и олимпийского движения;</p>

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>ем.</i>							
55	Бег в равномерном темпе до 5 мин (д) / 6 мин (м). Упражнения в сочетании с видами передвижений.			Содействовать развитию выносливости. Упражнения в сочетании с видами передвижений. Уметь выполнять челночный бег 3*10, 6*10м. Эстафеты/ Выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Уметь проходить дистанцию 2,5 км. Содействовать развитию выносливости.	Бег в равномерном темпе. Упражнения с различными видами передвижений. Челночный бег. Эстафеты/ Уметь выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Проходить дистанцию 2,5 км	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>вариант). Прохождение дистанции на лыжах до 2,5км.</i>							физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
56	Бег в равномерном темпе до 5 мин (д) / 6 мин (м).			Содействовать развитию выносливости. Упражнения в сочетании с	Бег в равномерном темпе. Упражнения с различными	Понимание роли и значения физической культуры в	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях	Понимание роли и значения физической культуры в формировании

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Упражнения в сочетании с видами передвижений. Челночный бег 3*10, 10*10, эстафеты с этапом до 100м. / <i>Одновременный двухшажный ход с учетом овладения техникой. Одновременный одношажный ход (основной вариант). Прохождение дистанции на лыжах до 2,5км.</i>			видами передвижений. Уметь выполнять челночный бег 3*10, 6*10м. Эстафеты/ Выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Уметь проходить дистанцию 2,5 км. Содействовать развитию выносливости.	видами передвижений. Челночный бег. Эстафеты/ Уметь выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Проходить дистанцию 2,5 км	формирование и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	неуспеха; П. - овладение базовыми предметными и метапредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
57	Бег в			Содействовать	Бег в	Развитие	Р.-формирование умения	Овладение



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	равномерном темпе до 5 мин (д) / 6 мин (м). Упражнения в сочетании с видами передвижений. <b>Челночный бег 3*10 на р-т</b> , эстафеты с этапом до 100м. / <i>Одновременный одношажный ход (основной вариант, стартовый вариант). Прохождение дистанции на лыжах до 2,5км.</i>			развитию выносливости. Упражнения в сочетании с видами передвижений. Уметь выполнять челночный бег. Эстафеты./ Выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Уметь проходить дистанцию 2,5 км. Содействовать развитию выносливости.	равномерном темпе. Упражнения с различными видами передвижений. Челночный бег. Эстафеты/ Уметь выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Проходить дистанцию 2,5 км	мотивов учебной деятельности, формирования личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
58	Бег в равномерном			Содействовать развитию	Бег в равномерном	Понимание роли и	Р.- формирование умения планировать, контролировать и	Понимание роли и значения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	темпе до 6 мин. Упражнения у гимнастической стенки. Подвижные игры на овладение навыками в ловле и передачах мяча "10 передач" и др. / <i>Одновременный одношажный ход (основной вариант) с учетом овладения техникой, стартовый вариант. Коньковый ход.</i>			выносливости. Уметь выполнять упражнения у гимнастической стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Содействовать развитию выносливости. Знать одновременный одношажный ход. Учить коньковый ход. Уметь проходить дистанцию до 3км.	темпе. Упражнения у гимнастической стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Проходить по дистанции одновременным одношажным ходом. Учить коньковый ход. Проходить дистанцию 3 км.	значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение	физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>Прохождение дистанции на лыжах до 3км.</i>							
59	Бег в равномерном темпе до 6 мин. Упражнения у гимнастической стенки. Подвижные игры на овладение навыками в ловле и передачах мяча "10 передач" и др. / <i>Одновременный одношажный ход (стартовый вариант) с учетом</i>			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять упражнения у гимнастической стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Содействовать развитию выносливости. Знать одновременный одношажный ход. Учить коньковый ход. Уметь проходить дистанцию до 3км.	Бег в равномерном темпе. Упражнения у гимнастической стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Проходить по дистанции одновременным одношажным ходом. Учить коньковый ход. Проходить дистанцию 3 км.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>овладения техникой. Коньковый ход. Прохождение дистанции на лыжах до 3км.</i>							
60	Бег в равномерном темпе до 6 мин. Упражнения у гимнастической стенки. <b>Поднимание туловища из положения лежа на спине на р-т.</b> Подвижные игры на овладение навыками в ловле и передачах мяча "10			Содействовать развитию выносливости. Выполнять тест – поднимание туловища из положения лежа на спине на результат. Играть в игры на овладение навыками в ловле и передачах мяча./ Знать коньковый ход. Уметь проходить дистанцию до 3 км. Содействовать развитию выносливости.	Бег в равномерном темпе. Упражнения у гимнастической стенки. Тест на поднимание туловища из положения лежа на спине. Игры с мячом./ Коньковый ход. Дистанция до 3 км.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессионал	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	передач" и др. / <i>Коньковый ход.</i> <i>Прохождение дистанции на лыжах до 3км.</i>					ьных предпочтений ;		
61	Бег в равномерном темпе до 6 мин (д) / 7 мин (м). Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий, эстафеты с этапом до 100м. / <i>Коньковый ход с учетом овладения техникой.</i> <i>Прохождение дистанции</i>			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять упражнения со скакалкой. Уметь бегать с преодолением препятствий. Эстафеты с этапом до 100м/ Знать коньковый ход. Проходить дистанцию на лыжах до 3,5 км. Учить подъем на склон «лесенкой», «елочкой», «полуелочкой». Учить спуск со	Бег в равномерном темпе. Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий. Эстафеты/ Коньковый ход. Прохождение дистанции до 3,5 км. Подъемы на склон. Спуски со склона	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<p><i>на лыжах до 3,5км. Подъем на склон "лесенкой", "елочкой", "полуелочкой". Спуск со склона. Торможение "плугом".</i></p>			<p>склона торможение «плугом».</p>			<p>подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий</p>	

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								физическими упражнениями;
62	Бег в равномерном темпе до 6 мин (д) / 7 мин (м). Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий, эстафеты с этапом до 100м. / <i>Коньковый ход с учетом овладения техникой. Прохождение дистанции на лыжах до 4км. Подъем на склон "лесенкой", "елочкой",</i>			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять упражнения со скакалкой. Уметь бегать с преодолением препятствий. Эстафеты с этапом до 100м/ Знать коньковый ход. Проходить дистанцию на лыжах до 3,5 км. Учить подъем на склон «лесенкой», «елочкой», «полуелочкой». Учить спуск со склона торможение «плугом».	Бег в равномерном темпе. Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий. Эстафеты/ Коньковый ход. Прохождение дистанции до 3,5 км. Подъемы на склон. Спуски со склона	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>"полуелочкой". Спуск со склона. Торможение "пругом".</i>							
63	Бег в равномерном темпе до 6 мин (д) / 7 мин (м). Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий, эстафеты с этапом до 100м. <b>Прыжки в длину с места на р-т.</b> / <i>Прохождение дистанции на лыжах до 4,5км.</i> <i>Подъем на</i>			Содействовать развитию выносливости. Уметь прыгать со скакалкой. Бегать с преодолением препятствий. Оценка прыжка в длину с места./ Содействовать развитию выносливости. Проходить дистанцию на лыжах до 4,5 км. Уметь подниматься на склон, и спускаться со склона изученными способами.	Бег в равномерном темпе. Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий. Эстафеты. Прыжок в длину с места./ Дистанция 4,5 км. Подъемы на склон. Спуски со склона	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>склон "лесенкой", "елочкой", "полуелочкой". Спуск со склона. Торможение "упором".</i>							
64	Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м). Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах 3км на р-т. Подъем на склон</i>			Содействовать развитию выносливости. Учить игры подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол («пионербол»)/ Содействовать развитию выносливость. Проходить дистанцию 3 км на результат. Уметь подниматься на склон. Уметь спускаться со склона	Бег в равномерном темпе. Подвижные игры/ Прохождение дистанции 3 км на время. Подъемы на склон. Спуски со склона.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	"лесенкой", "елочкой", "получелочкой". Спуск со склона. Торможение "упором".							подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								физическими упражнениями;
65	Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м). Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах 3км на р-т. Подъем на склон "лесенкой",</i>			Содействовать развитию выносливости. Учить игры подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол («пионербол»)/ Содействовать развитию выносливость. Проходить дистанцию 3 км на результат. Уметь подниматься на склон. Уметь спускаться со склона	Бег в равномерном темпе. Подвижные игры/ Прохождение дистанции 3 км на время. Подъемы на склон. Спуски со склона.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
66	Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м). Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах 5 км без учета времени. Подъем на склон "лесенкой", "елочкой", "полуелочкой". Спуск со склона. Поворот "упором".</i>			Содействовать развитию выносливости. Учить игры подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол («пионербол»)/ Содействовать развитию выносливость. Проходить дистанцию 5 км без учета времени. Уметь подниматься на склон. Уметь спускаться со склона	Бег в равномерном темпе. Подвижные игры/ Прохождение дистанции 5 км без учета времени. Подъемы на склон. Спуски со склона.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих физических

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
67	Техника безопасности на занятиях по спортивным	4нед февр		Знать технику безопасности на занятиях по волейболу. Уметь выполнять	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Упражнения со	Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение	Знание истории физической культуры своего народа, усвоение гуманистических,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	играм (волейболу). Упражнения со скакалкой, прыжки со скакалкой 30 сек / 1 мин. Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 9 мин (м). Стойка волейболиста, перемещения Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах 5</i>			упражнения со скакалкой. Содействовать развитию выносливости. Учить стойку волейболиста. Перемещения волейболиста. Игры подводящие к овладению волейболом/ Содействовать развитию выносливости. Проходить дистанцию 5 км без учета времени.	скакалкой. Бег в равномерном темпе. Стойка, перемещения волейболиста. Игры/ дистанция 5 км без учета времени.	усвоение правил индивидуального и коллективного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;	окружающих; П.- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, формирование уважительного отношения к культуре других народов;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>км без учета времени.</i>							
68	Упражнения со скакалкой, <b>прыжки со скакалкой 30сек на р-т /1 мин.</b> Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 9 мин (м). Стойка волейболиста, перемещения. Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах 5</i>			Выполнять упражнения со скакалкой. Тест по прыжкам со скакалкой. Содействовать развитию выносливости. Знать стойки и перемещения волейболиста. Уметь играть в подвижные игры с элементами волейбола./ Содействовать развитию выносливости. Проходить дистанцию до 5 км без учета времени.	Упражнения со скакалкой. Прыжки со скакалкой на результат. Бег в равномерном темпе. Стойки и перемещения волейболиста. Игры/ Дистанция 5 км	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>км.</i>							
69	Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 9 мин (м). Прыжки со скакалкой за 30сек / 1 мин на р-т. Стойка волейболиста, перемещения. Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др / <i>Прохождение дистанции на лыжах 5 км.</i>			Совершенствовать сочетание приемов ведения, передач и бросков. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3).	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3, 4 х 4). Учебная игра.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
70	Бег в			Содействовать	Бег в	Понимание	Р.-определять наиболее	Расширение



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	равномерном темпе до 8 мин (д) / 10 мин (м); с изменением направления движения. Силовые упражнения с партнером, подтягивание . Передача мяча двумя руками сверху (над собой и вперед по направлению передачи). / <i>Прохождение дистанции на лыжах 5 км.</i>			развитию выносливости. Уметь выполнять бег с изменением направления. Уметь выполнять силовые упражнения с партнером. Знать передачу мяча двумя руками сверху/ Уметь проходить дистанцию на лыжах 5 км без учета времени. Содействовать развитию выносливости	равномерном темпе. Бег с изменением направления. Силовые упражнения с партнером. Подтягивание. Передача мяча двумя руками./ Дистанция на лыжах 5 км без учета времени.	роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих физических качеств: оценивать

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
71	Бег в равномерном темпе до 8 мин (д) / 10 мин (м); с изменением			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять бег с изменением направления.	Бег в равномерном темпе. Бег с изменением направления. Силовые	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности,	Овладение основами технических действий, приемами и физическими

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	направления движения. Силовые упражнения с партнером, <b>подтягивание на р-т.</b> Передача мяча двумя руками сверху (над собой и вперед по направлению передачи). / <i>Прохождение дистанции на лыжах 5 км.</i>			Уметь выполнять силовые упражнения с партнером. Выполнять подтягивания на результат. Знать передачу мяча двумя руками сверху/ Уметь проходить дистанцию на лыжах 5 км без учета времени. Содействовать развитию выносливости	упражнения с партнером. Подтягивание на результат. Передача мяча двумя руками./ Дистанция на лыжах 5 км без учета времени.	смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
72	Бег в равномерном темпе до 8 мин (д) / 11 мин (м); с изменением направления движения. Силовые			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять упражнения с партнером. Выполнять отжимание на результат. Знать	Бег в равномерном темпе. Упражнения с партнером. Отжимания на результат. Передача мяча двумя руками	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	упражнения с партнером, <b>отжимание на р-г.</b> Передача мяча двумя руками сверху (над собой и вперед по направлению передачи). Нижняя прямая подача мяча (через сетку).			передачу мяча двумя руками сверху. Учить Нижнюю прямую подачу мяча (через сетку)	сверху. Нижняя прямая подача мяча (через сетку)	обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
73	<b>Бег 6 мин на р-г.</b> Комбинации из освоенных элементов волейбола, подвижные игры с элементами волейбола.			Уметь бежать 6 мин на результат. Уметь выполнять комбинации из освоенных элементов волейбола. Играть в игры с элементами волейбола.	Бег 6 мин. На результат. Освоенные элементы волейбола. Подвижные игры с элементами волейбола.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни,	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать,	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в укреплении и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	аргументировать и отстаивать своё мнение	сохранении индивидуального здоровья;
74	Бег в равномерном темпе до 9 мин (д) / 12 мин (м); с изменением направления движения. Передача мяча двумя руками сверху (с учетом овладения техникой). Нижняя прямая подача мяча (через сетку). Прием мяча двумя руками снизу (после подачи).			Содействовать развитию выносливости. Уметь передавать мяч двумя руками сверху. Уметь выполнять нижнюю прямую подачу мяча через сетку. Уметь выполнять прием мяча после подачи. Использовать комбинации из изученных элементов. Выполнять упражнения с набивными мячами.	Бег в равномерном темпе. Передачи мяча двумя руками сверху. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча после подачи. Упражнения с набивными мячами	Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Комбинации из освоенных элементов волейбола. Упражнения с набивными мячами весом до 2кг.							
75	Бег с изменением направления движения. Нижняя прямая подача мяча (с учетом овладения техникой). Прием мяча двумя руками снизу (после подачи). Прямой нападающий удар. Комбинации			Совершенствовать бег с изменением направления. Уметь выполнять нижнюю прямую подачу. Выполнять прием мяча двумя руками снизу после подачи. Учить прямой нападающий удар. Выполнять комбинации из освоенных элементов. Содействовать развитию силы	Бег с изменением направления. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя руками снизу после подачи. Прямой нападающий удар. Упражнения с набивными мячами.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	из освоенных элементов волейбола. Упражнения с набивными мячами весом до 2кг.			рук.				физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								занятий физическими упражнениями;
76	Бег в равномерном темпе до 9 мин (д) / 12 мин (м); с изменением направления движения. Упражнения с партнером. Прием мяча двумя руками снизу (после подачи) с учетом овладения техникой. Комбинации из освоенных элементов волейбола. Учебная игра в волейбол			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения с партнером. Уметь выполнять прием мяча двумя руками снизу (после подачи) Уметь выполнять комбинации изученных элементов. Знать правила игры в волейбол.	Бег в равномерном темпе. Упражнения с партнером. Прием мяча двумя руками снизу. Игра в волейбол по упрощенным правилам.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	по упрощенным правилам.							
77	Упражнения с партнером. Комбинации из освоенных элементов волейбола. Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам.			Знать правила игры в волейбол. Уметь играть с использованием изученных элементов.	Упражнения с партнером. Комбинации из изученных элементов. Игра по упрощенным правилам.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях
78	Упражнения с партнером. Комбинации из освоенных элементов волейбола. Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам.			Знать правила игры в волейбол. Уметь играть с использованием изученных элементов.	Упражнения с партнером. Комбинации из изученных элементов. Игра по упрощенным правилам.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый	Знать правила игры в волейбол. Уметь играть с использованием изученных элементов.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;		укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
79	Техника безопасности на занятиях по л/а. Бег с преодолением 3-4 препятствий. Общеразвивающие упражнения. Прыжки в высоту с 3-5 шагов бокового разбега способом "перешагивание".			Знать технику безопасности на занятиях по л/а. Уметь бегать с преодолением препятствий. ОРУ. Содействовать восстановлению навыка выполнения прыжка в высоту с 3-5 шагов бокового разбега способом «перешагивание»	Техника безопасности на уроках л/а. Бег с преодолением препятствий. ОРУ. Прыжки в высоту.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Знание истории физической культуры своего народа, усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, формирование уважительного отношения к культуре других народов;
80	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Общеразвивающие упражнения.			Уметь бегать с преодолением препятствий. ОРУ. Содействовать восстановлению навыка выполнения прыжка в высоту с 3-5 шагов бокового разбега способом «перешагивание»	Техника безопасности на уроках л/а. Бег с преодолением препятствий.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ющие упражнения. Прыжки в высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом "перешагивание".			восстановлению навыка выполнения прыжка в высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом «перешагивание»	ОРУ. Прыжки в высоту.	е личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;
81	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Упражнения с партнером. Прыжки в высоту с 7-9 шагов			Уметь бегать с преодолением препятствий. ОРУ. Содействовать восстановлению навыка выполнения прыжка в высоту	Техника безопасности на уроках л/а. Бег с преодолением препятствий. ОРУ. Прыжки в высоту.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	бокового разбега способом "перешагивание".			с 7-9 шагов бокового разбега способом «перешагивание»			объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	
82	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Упражнения с партнером. <b>Тест на гибкость / р-т.</b> Прыжки в высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом "перешагивание".			Совершенствовать бег с преодолением препятствий. Выполнять тест на гибкость. Совершенствовать прыжки в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание».	Бег с преодолением препятствий. Тест на гибкость. Прыжок в высоту с разбега.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
83	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Прыжки в высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом "перешагивание" (с учетом овладения техникой).			Совершенствовать бег с преодолением препятствий. Выполнять тест на гибкость. Совершенствовать прыжки в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание» с учетом овладения техникой.	Бег с преодолением препятствий. Тест на гибкость. Прыжок в высоту с разбега.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.-	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
84	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Упражнения			Уметь бегать с препятствиями. Уметь выполнять упражнения с гимнастическими	Бег с преодолением препятствий. ОРУ с гимнастическими	Понимание роли и значения физической культуры в	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение	Понимание роли и значения физической культуры в формировании

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	с использованием гимнастической скамейки. <b>Прыжки в высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом "перешагивание" (на р-т).</b>			скамейками. Уметь выполнять прыжок в высоту на результат.	скамейками. Прыжки в высоту с разбега.	формирование и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
85	Бег в равномерном темпе 4 мин (д) / 5 мин (м). Челночный бег 3*10м, 6*10м, эстафеты с этапом до 100м. Упражнения у			Бег в равномерном темпе. Уметь выполнять челночный бег. Выполнять на результат подтягивания. Знать метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.	Бег. Челночный бег. Эстафеты. Тест на подтягивание. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цели.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем



№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	гимнастическая стенка. Подтягивание на р-т. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 12-14м (д) / 14-16м (м)).					сохранении индивидуального здоровья;		организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
86	Бег в равномерном темпе 4 мин (д) / 5 мин (м). Челночный бег 3*10м, 10*10 м, эстафеты с этапом до 60м. Упражнения у гимнастической стенки. <b>Отжимание на р-т.</b> Метание			Уметь бегать челночный бег. Выполнять тест на отжимание на результат. Содействовать восстановлению навыка метания мяча на дальность	Бег в равномерном темпе. Челночный бег. Эстафеты. Метание мяча на дальность с 3 шагов.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

№ п/п	Тема урока	Плани	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	малого мяча в цель, на дальность с шага и с 3 шагов.					и профессиональных предпочтений ;		
87	Бег в равномерном темпе 4 мин (д) / 5 мин (м). <b>Челночный бег 3*10м (на р-т).</b> Упражнения с мячами. Метание малого мяча в цель, на дальность с 4-5 шагов.			Выполнить челночный бег на результат. Уметь выполнять упражнения с мячами. Уметь метать на дальность с разбега.	Бег в равномерном темпе. Челночный бег – тест. Упражнения с мячами. Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						;		
88	Бег в равномерном темпе 5 мин (д) / 6 мин (м); с изменением направления движения. Упражнения с мячами. Метание малого мяча в цель, на дальность с 4-5 шагов.			Уметь выполнять упражнения с мячами. Уметь метать на дальность.	Бег в равномерном темпе. Упражнения с мячами. Метание малого мяча на дальность.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
89	Бег в равномерном темпе 5 мин (д) / 6 мин (м); с изменением направления движения. Силовые упражнения			Уметь выполнять силовые упражнения с партнером. Уметь метать мяч в цель на результат	Бег в равномерном темпе. Силовые упражнения. Метание малого мяча в цель.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	с партнером. <b>Метание малого мяча</b> в цель (на р-т) / на дальность с 4-5 шагов (с учетом овладения техникой).					к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
90	Бег в равномерном темпе 5 мин (д) / 6 мин (м); с изменением направления движения. Силовые упражнения с партнером. <b>Поднимание туловища из положения</b>			Уметь выполнять поднимание туловища из положения лежа на спине на результат. Содействовать восстановлению навыка выполнения прыжка в длину с места.	Бег в равномерном темпе. Силовые упражнения с партнером. Поднимание туловища из положения лежа на спине на результат. Прыжок в длину с места.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразова	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	лежа на спине на р-т. Прыжки в длину с места.					нию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;		
91	Бег в равномерном темпе 6 мин (д) / 7 мин (м). Бег с ускорением до 100м. Прыжки в длину с места на р-т, с 11-13 шагов разбега способом "согнув ноги".			Уметь выполнять прыжок в длину с места на результат. Содействовать развитию скоростно-силовых качеств.	Бег в равномерном темпе. Бег с ускорением до 100м. Прыжок в длину с места на результат.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями,. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						и профессиональных предпочтений ;		
92	Бег в равномерном темпе 6 мин (д) / 7 мин (м). Бег с ускорением, <b>30м на р-г.</b>			Содействовать развитию скоростно-силовых качеств.	Бег в равномерном темпе. Бег на 30м на результат.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								<p>умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;</p>



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
93	Бег с ускорением, <b>60м на р-т.</b> Бег в равномерном темпе 7 мин (д) / 8 мин (м); с преодолением препятствий.			Уметь выполнять тест по бегу на 60 м на результат. Бег в равномерном темпе.	Бег на результат 60м. Бег в равномерном темпе с преодолением препятствий.	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
94	Бег с ускорением, <b>100м на р-т.</b>			Выполнять тест в беге на 100м на результат. Уметь	Бег 100м на результат. Равномерный бег	Развитие мотивов учебной	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –	Овладение основами технических

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Прыжки в длину с 11-13 шагов разбега способом "согнув ноги". Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м); с преодолением препятствий.			выполнять прыжок в длину с места. Уметь бегать в равномерном темпе с преодолением препятствий.	с преодолением препятствий. Прыжок в длину с места.	деятельности, формирования личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
95	Бег в равномерном темпе до 8 мин (д) / 10 мин (м). Упражнения с партнером.			Уметь бегать в равномерном темпе. Знать правила соревнований в эстафетном беге.	Бег в равномерном темпе. Упражнения с партнером. Эстафетный бег	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Эстафетный бег.					качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
96	Бег в равномерном темпе до 9 мин (д) / 12 мин (м). Упражнения с партнером. Техника передачи эстафетной палочки.			Уметь бегать в равномерном темпе. Знать правила соревнований в эстафетном беге.	Бег в равномерном темпе. Упражнения с партнером. Эстафетный бег	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни,	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в укреплении и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						укреплении и сохранении индивидуального здоровья;		сохранении индивидуального здоровья;
97	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм (футболу). Упражнения со скакалкой. <b>Бег 1500м (д) / 2000м (м) (на р-г).</b> Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).			Знают технику безопасности по спортивным играм. Умеют выполнять упражнения со скакалкой. Умеют выполнять бег на средние дистанции на результат. Умеют играть в подвижные игры	Техника безопасности на занятиях по футболу. Бег на средние дистанции на результат. Подвижные игры с элементами спортивных (футбола, волейбола, баскетбола)	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
98	Бег в равномерном темпе до 10мин (д) / 14 мин (м). Упражнения со скакалкой, прыжки на двух ногах с вращением скакалки вперед за 30сек (на р-т). Элементы техники перемещений и владения мячом в футболе (стойка игрока, перемещения футболиста; ведение мяча). Подвижные игры с элементами			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения со скакалкой на результат. Выполнять элементы перемещений с мячом в футболе. Знать правила игры в футбол.	Бег в равномерном темпе. Упражнения на скакалке на результат. Перемещения с мячом в футболе. Правила игры в футбол.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	<b>Р:</b> <i>целесолагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).							
99	Бег в равномерном темпе до 10мин (д) / 14 мин (м). Упражнения со скакалкой, прыжки на двух ногах с вращением скакалки вперед за 1 мин (на р-т). Элементы техники перемещений и владения мячом в футболе (стойка игрока, перемещения футболиста;			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения со скакалкой. Выполнять элементы перемещений с мячом в футболе. Знать правила игры в футбол.	Бег в равномерном темпе. Упражнения на скакалке на результат. Перемещения с мячом в футболе. Правила игры в футбол.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р: целеполагание-преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: общеучебные осознанно строить сообщения в устной форме. К: взаимодействующие -задавать вопросы, формулировать свою позицию	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ведение мяча; остановка мяча; удары по мячу). Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).							наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;



№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
100	Упражнения с набивными мячами весом до 2кг. Элементы техники перемещений и владения мячом в футболе (остановка мяча; удары по мячу; удары по воротам; вырывание и выбивание мяча). Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).			Знать элементы техники перемещений и владения мячом в футболе. Уметь играть в подвижные игры с элементами спортивных игр.	Перемещения с мячом в футболе. Правила игры в футбол. Подвижные игры.	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;	Р: целеполагание-преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: общеучебные осознанно строить сообщения в устной форме. К: взаимодействующие -задавать вопросы, формулировать свою позицию	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих физических

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
								качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
10 1	Упражнения с набивными мячами весом до 2кг. Элементы			Знать элементы техники перемещений и владения мячом в футболе (удары	Упражнения с набивными мячами. Элементы техники	Развитие мотивов учебной деятельности, формировани	<b>Р:</b> <i>целесолагание-</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме.	Овладение основами технических действий, приемами и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	техники перемещений и владения мячом в футболе (удары по воротам; вырывание и выбивание мяча; игра вратаря; вбрасывание мяча). Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).			по воротам: вырывание и выбивание мяча; игра вратаря).	перемещений и владения мячом в футболе. Подвижные игры с элементами спортивных.	е личностного смысла учения, готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учетом устойчивых познавательных интересов и профессиональных предпочтений ;	<b>К: взаимодействующие</b> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
10 2	<i>Упражнения с набивными мячами весом до 2кг. Комбинации из освоенных элементов в футболе с</i>			Упражнения с набивными мячами. Уметь играть в спортивные игры с элементами футбола, баскетбола,	Упражнения с набивными мячами. Подвижные игры на основе спортивных	Понимание роли и значения физической культуры в формировании и личностных качеств, в	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные	Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, активном

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>пассивным сопротивлен ием защитника. Подвижные игры с элементами спортивных (мини- футбола, волейбола, баскетбола).</i>			волейбола.		активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуальн ого здоровья;	связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

