

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

Рекомендована к использованию
Педагогическим советом ГБОУ
гимназии № 498

Протокол от 25.05.2018 № 6.

«Утверждаю»
Приказ от 25.05.2018 № 162
Директор гимназии

Н.В.Медведь



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

для 9 класса

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

**Санкт-Петербург
2018**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре в 9 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.

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 *педагогики 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 9 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 9 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. Старолавникова) – 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 9 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 основной школы 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 правилах 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 12-18 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 (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 её 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), кувырок вперед прыжком с 3 шагов разбега (мальчики), равновесие на одной – выпад – кувырок вперед (девочки); 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 из упора присев силой (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 и вперед 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, упор сидя углом; 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 115 см способом «согнув ноги» (мальчики); через козла в ширину высотой 110 см способом «ноги врозь» и коня в ширину «боком 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, одновременным одношажным ходом (основной и стартовый варианты), коньковым ходом, попеременным четырехшажным ходом. Переход с хода на ход. Подъем на склон и спуск под уклон.

Преодоление бугров и впадин при спуске со склона. Торможение «плугом», «упором». Поворот «упором», «плугом». 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, одной и двумя руками в прыжке; 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 5:5.

Волейбол: стойка игрока, перемещения; передача мяча двумя руками сверху над собой, вперед и назад по направлению передачи, в опоре и в прыжке; нижняя прямая подача мяча через сетку в заданную часть площадки; прием мяча двумя руками снизу после подачи, отраженного сеткой; прямой нападающий удар после передачи; 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 активным сопротивлением защитника по прямой и с изменением направления движения и скорости; удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема; 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., Старолавицкая 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 9 класс

№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Легкая атлетика (12 часов)								
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.	Изучают историю легкой атлетики. Рассказывают ТБ. Выполняют бег с максимальной скоростью до 100м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Бег в равномерном темпе до 4 мин (д) / 5			Выполнение бега в среднем темпе. Учить пробегать дистанцию с	Выполнить бег в равномерном темпе. Выполнить бег с ускорением	Выполняют бег с максимальной скоростью до	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мин (м). Бег с ускорением до 100м (низкий старт), эстафеты.			ускорением до 100м. Эстафеты	до 100м с высокого старта и старта с опорой на одну руку. Эстафеты.	100м.	общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	(социальная, внешняя)
3	Бег в равномерном темпе до 4 мин (д) / 5 мин (м). Бег с ускорением, 30м на р-г. Эстафеты.			Бег в равномерном темпе. Выполнить бег на 30м на результат. Эстафеты.	Уметь пробегать длинную дистанцию. Уметь выполнять бег на 30м на результат. Эстафеты.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: планирование: выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: обще учебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	Нравственно-этическая ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
4.	Бег в равномерном темпе до 5 мин (д) / 6 мин (м). Бег с ускорением до 100м.			Содействовать развитию выносливости. Пробегание дистанции до 100м. Восстановить	Выполняют бег в равномерном темпе. Бегают с ускорением до 100м. Выполняют прыжок в длину с места. Выполняют	Выполняют бег с максимальной скоростью до 100м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: инициативное	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая

№ 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 места. Тест на гибкость на р-т.			навык прыжка в длину с места. Выполнить тест на гибкость.	тест на гибкость.		сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
5.	Бег в равномерном темпе до 5 мин (д) / 6 мин (м). Бег с ускорением, 60м на р-т. 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	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: планирование применять усвоенные правила в планировании способа решения задачи. П: общеучебные контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. К: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью.	Смыслообразование– мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение
6.	Бег в равномерном темпе до 6 мин (д) / 7			Выполнение прыжка в длину с места на результат. ОРУ.	Прыжок в длину с места на результат. ОРУ. Специальные	Знать как выполнять тестирование прыжка в	Р: контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения	Самоопределение – осознание ответственности За общее

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мин (м) с преодолением препятствий. Прыжки в длину с места на р-т			Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	длину с места на результат.	отклонений и отличий от эталона. П: общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
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 беговые упражнения. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств.	Знать, как выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать ее по частоте сердечных сокращений.	Р: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат. П: общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач; Контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. К: инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – проявление доброжелательности

№ п/п	Тема урока	Плани	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
8.	Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м) с преодолением препятствий. Прыжки в длину с места			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.	Знать как выполнять тестирование прыжка в длину на результат.	Р: контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование– превосходить результаты. П: общеучебные ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К: взаимодействие формулировать собственное мнение, слушать собеседника; управление коммуникацией разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях
9.	Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м) с преодолением препятствий.			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	Знать, как выполнять метание малого мяча в горизонтальную цель, на дальность, с шага.	Р: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	Осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель, на дальность с шага. Игры с метанием мяча.				с шага. ОРУ. Беговые упражнения			поведения
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	Знать, как выполнять бег в равномерном темпе. Знать, как метать малый мяч в горизонтальную и вертикальную цель на дальность с 3 шагов.	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	<i>Самоопределение</i> – осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов
11	Бег в			Выполнение бега .	Бег . ОРУ.	Выбирают	Р: <i>целеполагание</i>	<i>Смыслообразова-</i>

№ 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). Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов, по движущейся цели. Игры с метанием мяча.			ОРУ. Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов разбега по движущейся цели.	Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов по движущейся цели Развитие выносливости.	индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>ние</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
12	Бег 1500м (д) / 2000м (м) б/у времени. Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов,			Выполнение бега (1500м - д.. 2000м-м.) без учета времени. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Бег (1500м - д.. 2000м-м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча с 4-5 шагов, по движущейся	Знать, как бежать 1500м (д), 2000м (ю) без учета времени.	Р: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровье

№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	по движущейся цели. Игры с метанием мяча.			Метание малого мяча с 4-5 шагов, по движущейся цели.	цели.			сберегающего поведения
13	Бег в равномерном темпе 9 мин (д) / 12 мин (м). Метание малого мяча 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.	Знать как выполнять тестирование малого мяча в цель на результат.	Р: целеполагание-преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: общеучебные осознанно строить сообщения в устной форме. К: взаимодействующие -задавать вопросы, формулировать свою позицию	Самоопределение – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения
14	Техника безопасности на занятиях по спорт.играм. (баскетбол).			Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу. Передвижения в	Передвижение в стойке баскетболиста. Челночный бег 3*10, 6*10м. Эстафеты.	Знать историю баскетбола. Знать передвижения в стойке	Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Провести тестирование – прыжок в длину	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с пассивным

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Передвижения в стойке баскетболиста. Челночный бег 3*10м, 6*10м. Эстафеты.			стойке баскетболиста. Челночный бег 3*10, 6*10. Эстафеты.		игрока.	с места. Правила игры в баскетбол.	сопротивлением с сопротивлением на месте.
15	Передвижения в стойке баскетболиста. Подтягивание на р-т. 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	Знать, как выполнять тестирование по подтягиванию на результат.	Р: <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> – вносить необходимые изменения и дополнения. П: <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность к саморазвитию
16	Передвижения в стойке баскетболиста. Челночный бег 3*10м на р-т. 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	Знать как выполнять тестирование по челночному бегу 3*10м на результат.	Р: <i>целеполагание</i> преобразовать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. П: <i>общеучебные</i> -выбирать наиболее эффективные решения поставленной	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							задачи. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	
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.	Знать повороты без мяча, с мячом.	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	<i>Самоопределение</i> самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. <i>Смыслообразование:</i> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
18	Повороты без мяча, с мячом. Ловля и передача мяча в сочетании с			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.	Знать ловлю и передачу мяча в сочетании с передвижением, бросок мяча в корзину с	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты.	Разучить повороты без мяча, с мячом. Ловля и передача мяча на месте, бросок мяча в корзину с места.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	передвижением, бросок мяча в корзину с места. Эстафеты, игры с мячом.					места.		
19	Остановка двумя шагами. Ловля и передача мяча в сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок мяча в корзину после двух шагов. Эстафеты, игры с мячом			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. Эстафеты, игры с мячом	Знать остановку двумя шагами.	Р: <i>целеполагание</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 контроль	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
20	Остановка двумя шагами. Ловля и			Совершенствовать остановку двумя шагами. Ловля и передача мяча в	Остановка двумя шагами. Ловля и передача мяча в сочетании с	Знать бросок мяча в корзину после двух шагов.	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	передача мяча в сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок мяча в корзину после двух шагов. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом.			сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок мяча в корзину после двух шагов. Учить вырывание и выбивание мяча.	передвижением, ведение мяча, бросок в корзину после двух шагов. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом.		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	деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
21	Остановка прыжком. Ловля и передача мяча в			Знать остановку прыжком. Ловить и передавать мяч в сочетании с передвижением,	Остановка прыжком. Ловля и передача мяча в сочетании с передвижением,	Знать вырывание, выбивание мяча.	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	сочетании с передвижением, ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом.			ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание и выбивание мяча.	ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов		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	(социальная, учебно-познавательная, внешняя)
22	Остановка прыжком. Ловля и передача мяча с учетом овладения техникой,			Совершенствовать остановку прыжком. Ловить и передавать мяч с учетом овладения техникой, ведение мяча, бросок мяча	Остановка прыжком. Ловля и передача мяча, ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание и	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	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	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ведение мяча, бросок мяча в корзину в движении. Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом.			в корзину в движении. Вырывание мяча. Комбинации из освоенных элементов	выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов.	но, выявляя и устраняя типичные ошибки.	эффективные способы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – строить монологическое высказывание, вести устный диалог	
23	Ведение мяча с учетом овладения техникой, бросок мяча в корзину двумя руками. Перехват			Повторить ведение мяча с учетом овладения техникой, бросок мяча в корзину двумя руками. Учить перехват мяча. Комбинации из освоенных	Ведение мяча с учетом овладения техникой, бросок мяча в корзину двумя руками. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов с пассивным	Знать, как выполнять перехват мяча.	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом.			элементов с пассивным сопротивлением защитника. Игры.	сопротивлением защитника. Игры .		сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	
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	Знать правила игры в баскетбол 3/3	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
25	Бросок мяча в корзину в движении с учетом овладения техникой. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом, игра в б/л 4:4.			Совершенствовать бросок мяча в корзину в движении с учетом овладения техникой. Уметь перехватывать мяч. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом, игра в б/л 4:4.	Бросок мяча в корзину в движении, с учетом овладения техникой. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом, игра в б/л 4:4.	Демонстрировать технику перехвата мяча. Играть в баскетбол 4/4.	Р: оценка –устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. П: общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. К: планирование учебное сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
26	Техника безопасности на занятиях с элементами единоборств. Силовые упражнения в парах, игры с элементами			Знать технику безопасности на занятиях с элементами единоборств. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с	История единоборств. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игра в	Знать технику безопасности на занятиях с элементами единоборств.	Р: коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. П: общеучебные –осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. К: планирование учебного сотрудничества -	Самоопределение – готовность и способность обучающихся само развитию

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	единоборств. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игра в б/л 4:4.			пассивным сопротивлением защитника, игра в б/л 4:4.	б/л 4:4.		определять общую цель и пути ее достижения	
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.	Знать силовые упражнения в парах, игры с элементами единоборств.	<p>Р: <i>прогнозирование</i> предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.</p> <p>П: <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы.</p> <p>К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию</p>	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы
Гимнастика (18 часов)								
28	Техника			Повторить	Выполнение 2-3	Знать Т.Б.	Р: <i>целеполагание</i>	<i>Самоопределение</i> –

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	безопасности на занятиях по гимнастике. 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.			Правила поведения при проведении занятий по 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.	кувырков вперед; мост из положения, лежа на спине; перекатом назад стойка на лопатках; 2-3 кувырка назад. Упражнения в равновесии	Знать историю гимнастики. Знать, как выполнять акробатические упражнения, упражнения в равновесии.	преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	начальные навыки адаптации в изменении ситуации поставленных задач
29	Строевые упражнения.			Повторить Правила	Выполнение 2-3 кувырков вперед;	Знать Т.Б. Знать	Р: <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки

№ 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 с учетом овладения техникой; мост из положения стоя с помощью / у стены; перекатом назад стойка на лопатках; 2-3 кувырка назад). Упражнения в равновесии.			поведения при проведении занятий по 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.	мост из положения, лежа на спине; перекатом назад стойка на лопатках; 2-3 кувырка назад. Упражнения в равновесии.	историю гимнастики. Знать, как выполнять акробатические упражнения, упражнения в равновесии.	задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	адаптацией изменении ситуации поставленных задач
30	Строевые упражнения.			Выполнять строевые	Строевые команды,	Знать строевые	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый	<i>Самоопределение</i> – принятие

№ 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 (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			упражнения ОРУ с элементами единоборств. Акробатические упражнения, Упражнения в равновесии	«Направо», «налево», «кругом». ОРУ с элементами 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).	команды.	и пошаговый контроль по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	образа «хорошего ученика»

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	стоя с помощью / у стены). Упражнения 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			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.	Знать строевые упражнения. Знать акробатические упражнения.	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	стоя с помощью / у стены). Упражнения 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;			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	Знать акробатическую комбинацию. Знать упражнения в равновесии.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	кувырок назад в полушпагат (д); мост из 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			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)).	Выполнение ОРУ с элементами единоборств. Разучивание акробатической комбинации. Выполнять упражнения в равновесии.	Знать акробатическую комбинацию	Р. - волевая саморегуляция, коррекция, оценка качества и уровня усвоения, контроль в форме сличения с эталоном. П. - умение структурировать знания, К. - планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	голове с согнутыми ногами (м); мост и поворот в упор стоя на одном колене (д). Упражнения в равновесии, упорах на бревне.			Упражнения в равновесии, упорах на бревне.				
34	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения (кувырок назад в упор стоя ноги врозь(м); стойка на			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	Знать комплекс общеразвивающих упражнений с элементами единоборств.	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	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	голове (м); мост и поворот в упор стоя на одном колене (д). Упражнения в равновесии, упорах на бревне.						окружающих	социальной справедливости и свободе
35	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения (кувырок назад в упор стоя ноги врозь(м); стойка на голове (м); мост и			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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

№ п/п	Тема урока	План	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.							
36	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)).			Повторить строевые упражнения. 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	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. Выполнение упражнений с использованием гимнастической стенки. Выполнение акробатической комбинации. Выполнение упражнений в равновесии. Выполнение тест по подниманию	Знать, как выполнять тест по подниманию туловища из положения, лежа на спине.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Упражнения в равновесии, упорах на бревне. Поднимание туловища из положения лежа на спине на р-т.			на спине.	туловища.			
37	Строевые упражнения. Упражнения у гимнаст. стенки в висах, в висах и упорах на перекладине. Акробатические упражнения			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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональ	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,	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

№ 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; стойка на руках с помощью (м)). Комбинация на гимнастическом бревне с учетом овладения техникой.					ных возможностей основных систем организма.	аргументировать и отстаивать своё мнение	
38	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатическая комбинация с учетом овладения техникой. Упражнения			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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	в висах и упорах на перекладине и бревне. Упражнения в равновесии.					основных систем организма.		
39	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения (комбинации из освоенных элементов). Комбинация на перекладине с учетом овладения техникой. 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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	на бревне.							
40	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Тест на гибкость / р-т. Опорный прыжок через козла в ширину ("ноги врозь"). Преодоление полосы препятствий.			Повторять строевые упражнения. Выполнить тест на гибкость. Выполнять прыжок через козла в ширину («ноги врозь»). Преодолевать полосу препятствий.	Тест на гибкость. Прыжок через козла в ширину («ноги врозь»). Проходить полосу препятствий.	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.
41	Строевые упражнения. Упражнения со скакалкой, прыжки за 30 сек / р-т. Опорный прыжок			Сдавать прыжки на скакалке на результат. Совершенствовать опорный прыжок через козла в ширину «ноги врозь». Преодолевать	Прыжки со скакалкой на результат. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации	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	Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	через козла в ширину ("ноги врозь"; "согнув ноги" (м)). Преодоление полосы препятствий.			полосу препятствий.		из числа разученных упражнений	контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	
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 "согнув ноги" (м)). Преодоление			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). Преодолевать полосу препятствий.	Строевые упражнения. Прыжки со скакалкой. Прыжок через козла. Преодоление препятствий.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	полосы препятствий.							
43	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Подтягивание на р-т. 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.			Совершенствоваться строевые упражнения. Совершенствоваться упражнения с элементами единоборств. Выполнять подтягивание на результат. Совершенствоваться опорный прыжок. Преодоление полосы препятствий.	Строевые упражнения. ОРУ с элементами единоборств. Тест на подтягивание. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояния 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	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
44	Строевые упражнения.			Отжимание на результат.	Тест на сгибание и разгибание рук	Формирование умений	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-	Формирование эстетических

№ 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. Отжимание на р-г. 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.			Совершенствовать опорный прыжок через козла. Преодолевать полосу препятствий.	в упоре лежа. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений	успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	потребностей, ценностей и чувств
45	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами			Совершенствовать опорный прыжок через козла. Преодолевать полосу	Строевые упражнения. ОРУ с элементами единоборств. Опорный прыжок. Полоса	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и	Смыслообразование– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	единоборств. Опорный прыжок с учетом овладения техникой. Преодоление полосы препятствий.			препятствий.	препятствий.	развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
46	Строевые упражнения. Комплекс упражнений ритмической гимнастики (РГ). Преодоление полосы препятствий.			Развитие координационных способностей. Разучить комплекс ритмической гимнастики. Преодолевать полосу препятствий	Строевые упражнения. Комплекс упражнений ритмической гимнастики. Полоса препятствий.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение	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	Смыслообразование– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						функциональных возможностей основных систем организма.	контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
49	Техника безопасности на занятиях по л/а. Бег в равномерном темпе до 4 мин (д) / 5 мин (м). Бег с ускорением, эстафеты с этапом до 100м. / <i>Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке. Строевые приемы с лыжами</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	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.	Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.-овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>(повороты на месте). Повороты переступанием в движении. Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 1км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>			дистанцию до 1 км. Эстафеты с этапом до 100м	Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ.			
50	Техника безопасности на занятиях по л/а. Бег в равномерном темпе до 4 мин (д) / 5 мин (м). Бег с			Ознакомить с техникой безопасности по л/а. Содействовать развитию выносливости Бег с ускорением. Эстафеты/Ознако	Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ. Содействуют	Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при	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	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ускорением, эстафеты с этапом до 100м. / <i>Техника безопасности и на занятиях по лыжной подготовке. Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием в движении с учетом овладения техникой. Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 1км.</i>			миться 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	развитию выносливости./ Техника попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 1 км со средней скоростью. Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ.	ходьбе на лыжах. Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий	конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>							
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 бесшажный ход.</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.	Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий	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	Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий

№ 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 1,5км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием</i>							
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. /			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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>Повороты на месте махом с учетом овладения техникой. Одновременный 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			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения на	Бег в равномерном темпе. Упражнения на гимнастической	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение	Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения на

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мяча "4 стойки", "перестрелка" и др. / <i>Одновременный бесшажный ход с учетом овладения техникой. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 2км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>			гимнастической скамейке. Учить подвижные игры на овладение навыков метаний./ Знать повороты на месте махом. Одновременный бесшажный ход, и одновременный двухшажный ход. Содействовать развитию выносливости	скамейке. Игры на овладение навыками метаний./ Повороты на месте махом. Одновременный бесшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 2км.	ных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	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.	гимнастической скамейке. Учить подвижные игры на овладение навыков метаний./ Знать повороты на месте махом. Одновременный бесшажный ход, и одновременный двухшажный ход. Содействовать развитию выносливости
54	Бег в равномерном темпе до 5 мин. Упражнения			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения на	Бег в равномерном темпе. Упражнения на гимнастической	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение	Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения на

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	на гимнастической скамейке (со скамейкой). Тест на гибкость / р-т. Подвижные игры на овладение навыками в метании мяча "4 стойки", "перестрелка" и др. / <i>Одновременный двухшажный ход.</i> <i>Одновременный одношажный ход (основной вариант).</i> <i>Прохождение</i>			гимнастической скамейке. Выполнять тест на гибкость. Игры на овладение навыками в метании./ Знать повороты на месте махом. Одновременный бесшажный ход, и одновременный двухшажный ход. Содействовать развитию выносливости	скамейке. Игры на овладение навыками метаний. Тест на гибкость./ Повороты на месте махом. Одновременный бесшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 2км.	ных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	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.	гимнастической скамейке. Учить подвижные игры на овладение навыками метаний./ Знать повороты на месте махом. Одновременный бесшажный ход, и одновременный двухшажный ход. Содействовать развитию выносливости

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>е дистанции на лыжах до 2км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>							
55	Бег в равномерном темпе до 5 мин (д) / 6 мин (м). Упражнения в сочетании с видами передвижений. Челночный бег 3*10,6*10, эстафеты с этапом до 100м. / <i>Одновременный двухшажный ход с учетом</i>			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	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	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>овладения техникой. Одновременный одношажный ход (основной вариант). Прохождение дистанции на лыжах до 2,5км.</i>			развитию выносливости.				
56	Бег в равномерном темпе до 5 мин (д) / 6 мин (м). Упражнения в сочетании с видами передвижений. Челночный бег 3*10, 10*10, эстафеты с			Содействовать развитию выносливости. Упражнения в сочетании с видами передвижений. Уметь выполнять челночный бег 3*10, 6*10м. Эстафеты/ Выполнять одновременный двухшажный ход,	Бег в равномерном темпе. Упражнения с различными видами передвижений. Челночный бег. Эстафеты/ Уметь выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	этапом до 100м. / <i>Одновременный двухшажный ход с учетом овладения техникой. Одновременный одношажный ход (основной вариант). Прохождение дистанции на лыжах до 2,5км.</i>			выполнять одновременный одношажный ход. Уметь проходить дистанцию 2,5 км. Содействовать развитию выносливости.	одношажный ход. Проходить дистанцию 2,5 км	организма		
57	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. Эстафеты./	Бег в равномерном темпе. Упражнения с различными видами передвижений. Челночный бег. Эстафеты/ Уметь выполнять	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств,	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.-	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Челночный бег 3*10 на р-т , эстафеты с этапом до 100м. / <i>Одновременный одношажный ход (основной вариант, стартовый вариант). Прохождение дистанции на лыжах до 2,5км.</i>			Выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Уметь проходить дистанцию 2,5 км. Содействовать развитию выносливости.	одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Проходить дистанцию 2,5 км	повышение функциональных возможностей организма	умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	справедливости и свободе
58	Бег в равномерном темпе до 6 мин. Упражнения у гимнастической стенки. Подвижные игры на овладение			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять упражнения у гимнастической стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Содействовать развитию	Бег в равномерном темпе. Упражнения у гимнастической стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Проходить по дистанции одновременным	Описывают технику изучаемых лыжных ходов.	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	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	навыками в ловле и передачах мяча "10 передач" и др. / <i>Одновременный одношажный ход (основной вариант) с учетом овладения техникой, стартовый вариант. Коньковый ход. Прохождение дистанции на лыжах до 3км.</i>			выносливости. Знать одновременный одношажный ход. Учить коньковый ход. Уметь проходить дистанцию до 3км.	одношажным ходом. Учить коньковый ход. Проходить дистанцию 3 км.		оценивать собственное поведение	
59	Бег в равномерном темпе до 6 мин. Упражнения			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять упражнения у	Бег в равномерном темпе. Упражнения у гимнастической	Описывают технику изучаемых лыжных ходов.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	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 овладения техникой. Коньковый ход. Прохождение дистанции на лыжах до 3км.</i>			гимнастической стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Содействовать развитию выносливости. Знать одновременный одношажный ход. Учить коньковый ход. Уметь проходить дистанцию до 3км.	стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Проходить по дистанции одновременным одношажным ходом. Учить коньковый ход. Проходить дистанцию 3 км.		реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение	создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
60	Бег в			Содействовать	Бег в	Формировани	Р. - овладение способностью	Развитие мотивов

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	равномерном темпе до 6 мин. Упражнения у гимнастической стенки. Поднимание туловища из положения лежа на спине на р-т. Подвижные игры на овладение навыками в ловле и передачах мяча "10 передач" и др. / <i>Коньковый ход.</i> <i>Прохождение дистанции на лыжах до 3км.</i>			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.	равномерном темпе. Упражнения у гимнастической стенки. Тест на поднимание туловища из положения лежа на спине. Игры с мячом./ Коньковый ход. Дистанция до 3 км.	е навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	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.	учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
61	Бег в			Содействовать	Бег в	Формировани	Р.-определять наиболее	Развитие

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<p>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 на лыжах до 3,5км.</i> <i>Подъем на склон "лесенкой", "елочкой", "полуелочкой". Спуск со склона.</i></p>			<p>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».</p>	<p>равномерном темпе. Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий. Эстафеты/ Коньковый ход. Прохождение дистанции до 3,5 км. Подъемы на склон. Спуски со склона</p>	<p>е навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок</p>	<p>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</p>	<p>самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>Торможение "плугом".</i>							
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", "полуелочкой</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	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>" Спуск со склона. Торможение "плугом".</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. Прыжки в длину с места на р-т. / <i>Прохождение дистанции на лыжах до 4,5км. Подъем на склон</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. Эстфеты. Прыжок в длину с места./ Дистанция 4,5 км. Подъемы на склон. Спуски со склона	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	"лесенкой", "елочкой", "полуелочкой". Спуск со склона. Торможение "упором".							
64	Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м). Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / Прохождение дистанции на лыжах 3км на р-т. Подъем на склон "лесенкой",			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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>"елочкой", "полуелочкой". Спуск со склона. Торможение "упором".</i>							
65	<i>) Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м). Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / 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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ 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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
67	Техника безопасности на занятиях по спортивным 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:	4нед февр		Знать технику безопасности на занятиях по волейболу. Уметь выполнять 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.	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Упражнения со скакалкой. Бег в равномерном темпе. Стойка, перемещения волейболиста. Игры/ дистанция 5 км без учета времени.	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол./ Овладевают основными приемами прохождения дистанции на лыжах.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	"пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах 5 км без учета времени.</i>							
68	Упражнения со скакалкой, прыжки со скакалкой 30сек на р-т /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:			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	Упражнения со скакалкой. Прыжки со скакалкой на результат. Бег в равномерном темпе. Стойки и перемещения волейболиста. Игры/ Дистанция 5 км	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	"пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах 5 км.</i>			времени.				
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 /			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.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ 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 5 км.</i>							
70	Бег в 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>			Содействовать 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	Бег в равномерном темпе. Бег с изменением направления. Силовые упражнения с партнером. Подтягивание. Передача мяча двумя руками./ Дистанция на лыжах 5 км без учета времени.	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
71	Бег в равномерном темпе до 8 мин (д) / 10 мин (м); с изменением направления движения. Силовые упражнения с партнером, подтягивание на р-т. Передача мяча двумя руками сверху (над собой и вперед по направлению передачи). / <i>Прохождение дистанции на лыжах 5 км.</i>			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять бег с изменением направления. 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	Бег в равномерном темпе. Бег с изменением направления. Силовые упражнения с партнером. Подтягивание на результат. Передача мяча двумя руками./ Дистанция на лыжах 5 км без учета времени.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
72	Бег в равномерном темпе до 8			Содействовать развитию выносливости.	Бег в равномерном темпе.	Описывают технику изучаемых	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно	Развитие этических качеств, доброжелательнос

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мин (д) / 11 мин (м); с изменением направления движения. Силовые упражнения с партнером, отжимание на р-г. Передача мяча двумя руками сверху (над собой и вперед по направлению передачи). Нижняя прямая подача мяча (через сетку).			Уметь выполнять упражнения с партнером. Выполнять отжимание на результат. Знать передачу мяча двумя руками сверху. Учить Нижнюю прямую подачу мяча (через сетку)	Упражнения с партнером. Отжимания на результат. Передача мяча двумя руками сверху. Нижняя прямая подача мяча (через сетку)	игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	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	ти и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
73	Бег 6 мин на р-г. Комбинации из освоенных элементов волейбола,			Уметь бежать 6 мин на результат. Уметь выполнять комбинации из освоенных элементов	Бег 6 мин. На результат. Освоенные элементы волейбола. Подвижные игры	Взаимодейств уют со сверстниками в процессе совместного освоения	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.-	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	подвижные игры с элементами волейбола.			волейбола. Играть в игры с элементами волейбола.	с элементами волейбола.	техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
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			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	Бег в равномерном темпе. Передачи мяча двумя руками сверху. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча после подачи. Упражнения с набивными мячами	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности;	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	двумя руками снизу (после подачи). Комбинации из освоенных элементов волейбола. Упражнения с набивными мячами весом до 2кг.			мячами.				
75	Бег с изменением направления движения. Нижняя прямая подача мяча (с учетом овладения техникой). Прием мяча двумя руками снизу (после подачи).			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	Бег с изменением направления. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя руками снизу после подачи. Прямой нападающий удар. Упражнения с набивными мячами.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Прямой нападающий удар. Комбинации из освоенных элементов волейбола. Упражнения с набивными мячами весом до 2кг.			освоенных элементов. Содействовать развитию силы рук.				
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			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.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	техникой. Комбинации из освоенных элементов волейбола. Учебная игра в волейбол 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.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
78	Упражнения с партнером. Комбинации из освоенных			Знать правила игры в волейбол. Уметь играть с использованием	Упражнения с партнером. Комбинации из изученных	Овладение основами технических действий,	Знать правила игры в волейбол. Уметь играть с использованием изученных элементов.	Упражнения с партнером. Комбинации из изученных

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	элементов волейбола. Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам.			изученных элементов.	элементов. Игра по упрощенным правилам.	приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности		элементов. Игра по упрощенным правилам.
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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
80	Бег с			Уметь бегать с	Техника	Расширение	Р. - овладение способностью	Развитие мотивов

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	преодоление м 3-4 препятствий. Общеразвивающие упражнения. Прыжки в высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом "перешагивание".			преодолением препятствий. ОРУ. Содействовать восстановлению навыка выполнения прыжка в высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом «перешагивание»	безопасности на уроках л/а. Бег с преодолением препятствий. ОРУ. Прыжки в высоту.	двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
81	Бег с преодолением м 3-4 препятствий. Упражнения с партнером. Прыжки в высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом "перешагивание".			Уметь бегать с преодолением препятствий. ОРУ. Содействовать восстановлению навыка выполнения прыжка в высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом «перешагивание»	Техника безопасности на уроках л/а. Бег с преодолением препятствий. ОРУ. Прыжки в высоту.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
82	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Упражнения с партнером. Тест на гибкость / р-т. 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.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
83	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Прыжки в			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.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.-	Совершенствовать бег с преодолением препятствий. Выполнять тест на гибкость. Совершенствовать прыжки в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание».

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом "перешагивание" (с учетом овладения техникой).			с учетом овладения техникой.				
84	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Прыжки в высоту с 7-9 шагов бокового разбега способом "перешагив			Уметь бегать с препятствиями. Уметь выполнять упражнения с гимнастическими скамейками. Уметь выполнять прыжок в высоту на результат.	Бег с преодолением препятствий. ОРУ с гимнастическими скамейками. Прыжки в высоту с разбега.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ание" (на р-т).							
85	Бег в равномерном темпе 4 мин (д) / 5 мин (м). Челночный бег 3*10м, 6*10м, эстафеты с этапом до 100м. Упражнения у гимнастической стенки. Подтягивание на р-т. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 12-14м (д) /			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.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Бег в равномерном темпе 4 мин (д) / 5 мин (м). Челночный бег 3*10м, 6*10м, эстафеты с этапом до 100м. Упражнения у гимнастической стенки. Подтягивание на р-т. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 12-14м (д) / 14-16м (м)).

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	14-16м (м)).							
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. Отжимание на р-т. Метание малого мяча в цель, на дальность с шага и с 3 шагов.			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.	Описывают технику выполнения метания с 3 шагов разбега.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)
87	Бег в равномерном темпе 4 мин (д) / 5 мин			Выполнить челночный бег на результат. Уметь выполнять	Бег в равномерном темпе. Челночный бег – тест.	Овладение основами технических действий,	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	(м). Челночный бег 3*10м (на р-т). Упражнения с мячами. Метание малого мяча в цель, на дальность с 4-5 шагов.			упражнения с мячами. Уметь метать на дальность с разбега.	Упражнения с мячами. Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов.	приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта.	задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
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.	Описывают технику выполнения метания мяча на дальность. Умеют определять ошибки при выполнении упражнения.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
89	Бег в равномерном			Уметь выполнять силовые	Бег в равномерном	Овладение основами	Р.-формирование умения понимать причины	Развитие самостоятельности

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	темпе 5 мин (д) / 6 мин (м); с изменением направления движения. Силовые упражнения с партнером. Метание малого мяча в цель (на р-т) / на дальность с 4-5 шагов (с учетом овладения техникой).			упражнения с партнером. Уметь метать мяч в цель на результат	темпе. Силовые упражнения. Метание малого мяча в цель.	технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	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	и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
90	Бег в равномерном темпе 5 мин (д) / 6 мин (м); с изменением направления движения. Силовые упражнения			Уметь выполнять поднимание туловища из положения лежа на спине на результат. Содействовать восстановлению навыка выполнения	Бег в равномерном темпе. Силовые упражнения с партнером. Поднимание туловища из положения лежа на спине на результат.	Описывают технику изучаемых технических действий.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	с партнером. Поднимание туловища из положения лежа на спине на р-т. Прыжки в длину с места.			прыжка в длину с места.	Прыжок в длину с места.			
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.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
92	Бег в			Содействовать	Бег в	Овладение	Р: целеполагание: формулирова	Смыслообразова-

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	равномерном темпе 6 мин (д) / 7 мин (м). Бег с ускорением, 30м на р-г.			развитию скоростно-силовых качеств.	равномерном темпе. Бег на 30м на результат.	умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры)	ть и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	ние– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)
93	Бег с ускорением, 60м на р-г. 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.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	Р.- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
94	Бег с ускорением, 100м на р-г. Прыжки в			Выполнять тест в беге на 100м на результат. Уметь выполнять	Бег 100м на результат. Равномерный бег с преодолением	Выполняют бег с максимальной скоростью	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	длину с 11-13 шагов разбега способом "согнув ноги". Бег в равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м); с преодолением препятствий.			прыжок в длину с места. Уметь бегать в равномерном темпе с преодолением препятствий.	препятствий. Прыжок в длину с места.	100 м.	в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
95	Бег в равномерном темпе до 8 мин (д) / 10 мин (м). Упражнения с партнером. Эстафетный бег.			Уметь бегать в равномерном темпе. Знать правила соревнований в эстафетном беге.	Бег в равномерном темпе. Упражнения с партнером. Эстафетный бег	Выполняют эстафетный бег.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)

№ п/п	Тема урока	Планирование	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
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	Умеют выполнять передачу эстафетной палочки.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности
97	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм (футболу). Упражнения со скакалкой. Бег 1500м (д) / 2000м (м) (на р-т) . Подвижные игры с элементами спортивных			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)	Выполняют бег на средние дистанции	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	(мини-футбола, волейбола, баскетбола).							
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			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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р: целеполагание-преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: общеучебные осознанно строить сообщения в устной форме. К: взаимодействующие - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мяча). Подвижные игры с элементами 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			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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р: целеполагание-преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: общеучебные осознанно строить сообщения в устной форме. К: взаимодействующие -задавать вопросы, формулировать свою позицию	Самоопределение – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	(стойка игрока, перемещения футболиста; ведение мяча; остановка мяча; удары по мячу). Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).							
100	Упражнения с набивными мячами весом до 2кг. Элементы техники перемещений и владения мячом в футболе (остановка			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.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р: целеполагание-преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: общеучебные осознанно строить сообщения в устной форме. К: взаимодействующие -задавать вопросы, формулировать свою позицию	Самоопределение – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мяча; удары по мячу; удары по воротам; вырывание и выбивание мяча). Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).							
10 1	Упражнения с набивными мячами весом до 2кг. Элементы техники перемещений и владения мячом в футболе (удары по воротам; вырывание и выбивание			Знать элементы техники перемещений и владения мячом в футболе (удары по воротам; вырывание и выбивание мяча; игра вратаря).	Упражнения с набивными мячами. Элементы техники перемещений и владения мячом в футболе. Подвижные игры с элементами спортивных.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств,	Р: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мяча; игра вратаря; вбрасывание мяча). Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).							
10 2	Упражнения с набивными мячами весом до 2кг. Комбинации из освоенных элементов в футболе с пассивным сопротивлением защитника. Подвижные игры с элементами спортивных (мини-			Упражнения с набивными мячами. Уметь играть в спортивные игры с элементами футбола, баскетбола, волейбола.	Упражнения с набивными мячами. Подвижные игры на основе спортивных	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	Пл н	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	футбола, волейбола, баскетбола).							

