

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

Рекомендована к использованию
Педагогическим советом ГБОУ
гимназии № 498

Протокол от 25.05.2018 № 6.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

для 10 класса

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

**Санкт-Петербург
2018**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре в 10 классе составлена в соответствии с Основной образовательной программой основного общего образования гимназии №498, принятой педсоветом ГБОУ гимназии №498, протокол от 25.05.2018 № 6.

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

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

Данная программа создавалась на основе государственной рабочей программы по физической культуре для учащихся 10-11 классов (под редакцией В.И. Ляха), в соответствии с требованиями освоения образовательной программы среднего (полного) общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте среднего (полного) 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 средней школе является направленность образовательного процесса на активную учебно-познавательную деятельность обучающихся, формирование готовности обучающихся к саморазвитию и непрерывному образованию в области физической культуры и спорта, в организации здорового образа жизни, воспитание и социализацию обучающихся посредством формирования физической культуры личности. Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета «Физическая культура», в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на совершенствование личности, воспитание высоко нравственных, творческих и компетентных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующие полученные знания и умения для оптимизации трудовой, бытовой и иной деятельности.*

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных *задач*:

*содействие гармоничному физическому развитию, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;

*формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности;

- *расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- *дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- *формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии;
- *закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта;
- *формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, воспитание коллективизма, целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;
- *дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

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 учащегося (его личного опыта и уровня достижений результатов обучения), максимальном раскрытии способностей обучающихся, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития школьников 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 старшей школе является двигательная активность человека с образовательно-тренировочной направленностью. В старшем школьном возрасте продолжается дальнейшее обогащение двигательного опыта, повышение координационного базиса путем освоения новых, еще более сложных двигательных действий и вырабатывается умение применять их в различных по сложности условиях. Таким образом, *особенностью программы* в старшей школе является направленность на совершенствование техники упражнений основных видов спорта (лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, лыжные гонки, единоборство), обучение в старших классах основывается на приобретенный двигательный опыт в предыдущих классах. В тесной взаимосвязи с совершенствованием двигательных навыков осуществляется работа по разностороннему развитию физических способностей. Уроки с образовательно-тренировочной направленностью проводятся по типу целенаправленной физической подготовки, в ходе которых решаются задачи направленного развития (тренировки) кондиционных и координационных способностей. В рамках курсовой подготовки продолжается углубление знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой, бытовой и иной деятельности. В рамках программы учащиеся получают сведения о способах контроля величины и функциональной направленности физической нагрузки, о способах её регулирования в процессе выполнения разных физических упражнений. Уроки в старшей школе ориентированы на становление личностных характеристик выпускника школы:

- осознанно выполняющий и пропагандирующий правила здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни;
- осознающий себя личностью, социально активный, уважающий закон и правопорядок, свой народ, его культуру и духовные традиции, осознающий ответственность перед семьей, обществом, государством, человечеством, свою сопричастность судьбе Отечества;
- готовый к сотрудничеству, уважающий мнение других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания и успешно взаимодействовать;
- креативный и критически мыслящий, активно и целенаправленно познающий мир, осознающий ценность образования и науки, труда и творчества для человека и общества, мотивированный на образование и самообразование в течение всей своей жизни.

Процесс обучения способствует формированию универсальных учебных действий у учащихся, таких как: *познавательные* действия (расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями, необходимыми знаниями и умениями применять их в различных по сложности условиях), *регулятивные* действия (умение организовывать свою учебную деятельность и занятия физической культурой и спортом с учащимися младших классов) и *коммуникативные* действия (умение взаимодействовать в коллективе).

Важнейшим требованием проведения современного урока физической культуры 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. В старшем школьном возрасте интенсификация обучения идет по пути усиления тренировочной направленности уроков. Более отчетливо, чем в среднем школьном возрасте, проявляются половые различия между юношами и девушками, что требует более дифференцированного подхода к выбору средств, методов и организации занятий.

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Физическая культура» изучается в 10 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 среднего (полного) общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 10 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты включают готовность и способность учащихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности в сфере физической культуры, ценностно-смысловых установок, способность ставить цели и строить планы, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. Личностные результаты освоения основной образовательной программы отражают:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества, гражданской позиции, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, готовность к служению Отечеству, его защите;

- 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, сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

- 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;

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной деятельности, толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек, бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь.

Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике (способность к построению индивидуальной образовательной траектории, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности, в организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками). Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы 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, использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- 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, готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

Предметные результаты включают освоенный учащимися опыт деятельности в рамках изучения предмета, преобразование и применение знаний и умений в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях. Предметные результаты освоения основной образовательной программы 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;
- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, умением использовать их в разнообразных формах и видах физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- расширение двигательного опыта за счет упражнений прикладного характера, повышение функциональных возможностей основных систем организма; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; овладение умением 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;
- овладение умением выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений для укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; умением 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;
- овладение умением в организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; умением 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 изучения учебного предмета «Физическая культура» на уровне среднего общего образования:

Выпускник на базовом уровне научится:

- определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;
- характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития;
- характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения;

- составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;
- выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания;
- выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- практически использовать приемы самомассажа и релаксации;
- практически использовать приемы защиты и самообороны;
- составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности;
- определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств;
- проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;
- владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:

- самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга;
- выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые вступительными экзаменами в профильные учреждения профессионального образования;
- проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга;
- выполнять технические приемы и тактические действия национальных видов спорта;
- выполнять нормативные требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- осуществлять судейство в избранном виде спорта;
- составлять и выполнять комплексы специальной физической подготовки.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Знания о физической культуре

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

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

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

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

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

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

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

Анализ и оценка техники осваиваемых упражнений, самоконтроль.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

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

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

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

Спортивно-оздоровительная деятельность

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

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

Акробатические упражнения: комбинация из пяти элементов, включающая длинный кувырок вперед (юноши) и кувырок вперед прыжком с 3 шагов разбега через препятствие на высоте до 90 см (юноши), кувырок назад через стойку на руках с помощью (юноши), стойку на голове (юноши) и другие ранее освоенные элементы (юноши и девушки);

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

Комбинации из висов и упоров для юношей: подъем переворотом в упор силой – махом назад соскок и другие ранее освоенные элементы.

Комбинации из висов и упоров для девушек: толчком ног подъем переворотом в упор – опускание вперед в вис присев и другие ранее освоенные элементы.

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» (юноши и девушки), на скорость (юноши) и по двум канатам без помощи ног (юноши).

Опорный прыжок: через коня в длину высотой 115-120 см способом «ноги врозь» (юноши), через коня в ширину высотой 110 см способом «углом» (девушки) и другие ранее освоенные элементы.

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, игровые задания 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 25 мин (юноши) и 20 мин (девушки), на дистанцию 3000м (юноши) и 2000м (девушки).

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места и с 13—15 шагов разбега способом «согнув ноги»; прыжок в высоту с 9—11 шагов бокового разбега способом «перешагивание»;

Броски: набивного мяча до 5 кг (юноши) и 2 кг (девушки) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель, по движущейся цели и на дальность различные по массе и форме снаряды (гранату, утяжеленные малые мячи и др.) с места и с полного разбега.

Лыжные гонки. Строевые приемы с лыжами. 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», «соскальзыванием». Поворот «упором», «плугом». Передвижение на лыжах на дистанцию до 6 км (юноши) и 5 км (девушки).

Спортивные игры. Баскетбол: комбинации из освоенных элементов техники передвижений (ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты); ловля и передача мяча двумя и одной руками в сочетании с передвижением и сопротивлением защитника; ведение мяча с высоким и низким отскоком со зрительным и без зрительного контроля, с обводкой соперника с сопротивлением защитника; бросок мяча одной и двумя руками с места, в движении, в прыжке с сопротивлением защитника; комбинации из освоенных элементов техники владения мячом; элементы техники защитных действий; 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; подачи мяча через сетку в заданную часть площадки; прием мяча двумя руками снизу после подачи, отраженного сеткой, после атакующего удара; прямой нападающий удар после передачи; одиночное и групповое блокирование с места и после перемещения; комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом; учебная игра по упрощенным правилам волейбола.

Футбол: стойка игрока, перемещения; ведение мяча с активным сопротивлением защитника по прямой и с изменением направления движения и скорости; удары по мячу и остановка мяча; удары по воротам; вырывание и выбивание мяча, перехват мяча; игра вратаря; комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом; 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				
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	год
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 (кроссовая) подготовка	-	-	22	-	22
	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 Ляха В.И. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2013.
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., Старолавнокова 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. 10-11 классы. / Учебник для общеобразовательных организаций – М.: Просвещение, 2014.

Календарно-тематическое планирование 10 класс

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
1.	Техника безопасности на занятиях по л/а. Бег в равномерном темпе до 5 / 6мин. Бег с ускорением до 100м, 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 5/6 мин . 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 постав-ленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразова-ние– адекватная мотивация учеб-ной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Бег в равномерном темпе до 5 / 6мин. Бег с ускорением до 100м. Эстафетный бег.			Выполнение бега в среднем темпе. Учить пробегать дистанцию с ускорением до 100м. Эстафеты	Выполнить бег в равномерном темпе. Выполнить бег с ускорением до 100м с высокого старта и старта с опорой на одну руку. Эстафеты.	Выполняют бег с максимальной скоростью до 100м.	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	Смыслообразова-ние– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)
3	Бег в равномерном темпе до 5 / 6мин. Бег с ускорением, 30м на р-т. Эстафетный бег.			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 постав-ленной задачей и условиями ее реализации. П: обще учебные –самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за	Нравственно-этическая ориентация – умение 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
							помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	
4.	Бег в равномерном темпе до 6 / 7мин. Эстафетный бег. Бег с ускорением до 100м. Прыжки в длину с места. Тест на гибкость / р-т.			Содействовать развитию выносливости. Пробегание дистанции до 100м. Восстановить навык прыжка в длину с места. Выполнить тест на гибкость.	Выполняют бег в равномерном темпе. Бегают с ускорением до 100м. Выполняют прыжок в длину с места. Выполняют тест на гибкость.	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 сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
5.	Бег в равномерном темпе до 6 / 7мин. Эстафетный бег. Бег с ускорением, 100м на р-т. Прыжки в длину с места			Выполняют бег в равномерном темпе. Бег 100м на результат. Прыжок в длину с места	Развитие выносливости. Бег 100 м на результат. Прыжки в длину с места	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: планирование применять установленные 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 7 / 8мин. с преодолением			Выполнение прыжка в длину с места на результат. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие	Прыжок в длину с места на результат. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных	Применяют прыжковые упражнения.	Р: контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.	Самоопределение – осознание ответственности За общее благополучие,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	препятствий. Прыжки в длину с места на результат			скоростных качеств.	качеств.		П: общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения
7.	Бег в равномерном темпе до 7/8 мин с преодолением препятствий.			Обучение технике бега на длинную дистанцию с преодолением препятствий.	Бег в равномерном темпе до 7/8 мин, бег с преодолением препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют 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
8.	Бег в равномерном темпе до 8 / 10 мин. с преодолением препятствий.			Повторение техники прыжка в длину с места, 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.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование – предвосхищать 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			Бег с преодолением	Бег с преодолением	Выбирают	Р: <i>целеполагание</i> – преобразовывать	Осознание

№ 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 / 12мин. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.			препятствий. Метание малого мяча в горизонтальную цель, на дальность с шага.	препятствий. Метание мяча (150 г) в горизонтальную и вертикальную цель, на дальность с шага. ОРУ. Беговые упражнения	индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
10	Бег в равномерном темпе до 10 / 14мин. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.			Выполнение бега в равномерном темпе с препятствиями. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.	Бег с преодолением препятствий. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	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 равномерном темпе до 10 / 14мин. Метание малого мяча на дальность с разбега, по движущейся цели.			Выполнение бега . ОРУ. Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов разбега по движущейся цели.	Бег . ОРУ. Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов по движущейся цели Развитие выносливости.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> –	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							ставить вопросы, обращаться за помощью	
12	Бег 2000м / 3000м б/у времени. Метание малого мяча на дальность с разбега, по движущейся цели.			Выполнение бега (2000 - д.. 3000м-м.) без учета времени. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча с 4-5 шагов, по движущейся цели.	Бег (200м - д.. 3000м-м.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча с 4-5 шагов, по движущейся цели.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);	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
13	Бег в равномерном темпе до 12 / 16мин. Метание малого мяча в цель (на р-т) / на дальность с разбега (с учетом овладения техникой).			Бег в равномерном темпе д 12/16мин. 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.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);	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
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, 10*10м. Эстафеты.	Изучают историю баскетбола. Овладевают основными	Ознакомление с правилами техни-ки безопасности по баскетболу. . Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Провести тестирование – прыжок в длину с	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, 10*10м. Эстафеты.			стойке баскетболиста. Челночный бег 3*10, 10*10. Эстафеты.		приёмами игры в баскетбол.	места. Правила игры в баскетбол.	сопротивлением с сопротивлением на месте.
15	Передвижения в стойке баскетболиста. Подтягивание на р-т. Челночный бег 3*10м, 6*10м, 10*10м. Эстафеты.			Совершенствовать передвижения в стойке баскетболиста. Подтягивание на результат. Челночный бег 3*10м, 6*10м, 10*10м. Эстафеты.	Передвижения в стойке баскетболиста. Подтягивание на результат. Челночный бег 3*10м, 6*10м, 10*10м. Эстафеты	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	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. Элементы техники защитных действий. Челночный бег 3*10м на р-т. Эстафеты.			Совершенствовать передвижения в стойке баскетболиста. Знать элементы техники защитных действий. Челночный бег 3*10 м на результат. Эстафеты.	Передвижения в стойке баскетболиста. Элементы техники защитных действий. Челночный бег 3*10м на результат. Эстафеты	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Освоить технику ведения мяча.	Р: <i>целеполагание</i> преобразовывать 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 задачи. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях
17	Комбинации из			Совершенствовать	Комбинации из	Уметь	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> –	<i>Самоопределение</i> само

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	освоенных элементов баскетбола. Ловля и передача мяча, бросок мяча в корзину. Эстафеты, игры с мячом.			комбинации из освоенных элементов баскетбола. Ловля и передача мяча на месте, бросок мяча в корзину с места.	освоенных элементов. Повороты без мяча, с мячом. Ловля и передача мяча на месте, бросок мяча в корзину с места. Эстафеты. Игры с мячом.	выполнять различные варианты поворотов без мяча, с мячом. Ловить и передавать мяч. Бросать мяч в корзину.	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	стоятельность и личная ответственность за свои поступки. <i>Смыслообразование</i> : самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
18	Комбинации из освоенных элементов баскетбола. Эстафеты, игры с мячом.			Совершенствовать комбинации из освоенных элементов баскетбола. Уметь играть в баскетбол.	Комбинации из освоенных элементов баскетбола. Эстафеты, игры с мячом.	Уметь выполнять различные варианты поворотов без мяча, с мячом. Ловить и передавать мяч. Бросать мяч в корзину.	Р: контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование – предвосхищать результаты.	Разучить повороты без мяча, с мячом. Ловля и передача мяча на месте, бросок мяча в корзину с места.
19	Ведение мяча, комбинации из освоенных элементов баскетбола, игры с мячом.			Совершенствовать ведение мяча, комбинации из освоенных элементов баскетбола. Игры с мячом.	Ведение мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола. Игры.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные	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

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
						ошибки.		
20	Комбинации из освоенных элементов баскетбола, игры с мячом.			Совершенствовать комбинации освоенных элементов баскетбола. Играть в баскетбол.	Освоенные элементы баскетбола. Игра в баскетбол.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – строить монологическое высказывание, вести устный диалог	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
21	Комбинации из освоенных элементов баскетбола, игры с мячом.			Совершенствовать комбинации освоенных элементов баскетбола. Играть в баскетбол.	Освоенные элементы баскетбола. Игра в баскетбол.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – строить монологическое высказывание, вести устный диалог	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
22	Комбинации из освоенных элементов			Совершенствовать комбинации из освоенных элементов	Комбинации освоенных элементов баскетбола. Ловля и	Описывают технику изучаемых	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия	<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
	баскетбола. Ловля и передача мяча с учетом овладения техникой. Игры с мячом.			баскетбола. Уметь ловить и передавать мяч. Игра в баскетбол.	передача мяча с учетом овладения техникой. Игра в баскетбол.	игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	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)
23	Техника безопасности на занятиях с элементами единоборств. Силовые упражнения в парах, игры с элементами единоборств. Комбинации из освоенных элементов баскетбола. Ведение мяча с учетом овладения техникой. Игра в б/л 5:5.			Знать технику безопасности на занятиях с элементами единоборств. Изучать элементы единоборств. Знать ведение мяча. Игра в баскетбол.	Техника безопасности на занятиях с элементами единоборств. Силовые упражнения в парах. Игры с элементами единоборств. Ведение мяча. Игра в баскетбол.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> –навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы
24	Бросок мяча в корзину одной двумя руками в			Знать бросок мяча в корзину одной, двумя руками в прыжке.	Бросок мяча в корзину двумя руками. Перехват	Уметь играть в баскетбол 3/3	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых	<i>Смыслообразова-ние</i> – самооценка на основе критериев

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	прыжке. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом, игра в б/л 3:3.			Перехват мяча. Использовать комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника. Игра в баскетбол.	мяча. Комбинации из освоенных элементов баскетбола с пассивным сопротивлением защитника, игры с мячом. Игра в баскетбол.		действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	успешной учебной деятельности
25	Силовые упражнения в парах, игры с элементами единоборств. Комбинации из освоенных элементов баскетбола, игра в б/л 5:5.			Содействовать развитию силы. Играть с использованием элементов единоборств. Играть в баскетбол.	Силовые упражнения в парах. Игры с элементами единоборств. Баскетбол.	Демонстрировать элементы единоборств. Знать правила игры в баскетбол.	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	Силовые упражнения в парах, игры с элементами единоборств. Комбинации из освоенных элементов баскетбола, игра в б/л 5:5.			Содействовать развитию силы. Играть с использованием элементов единоборств. Играть в баскетбол.	Силовые упражнения в парах. Игры с элементами единоборств. Баскетбол.	Демонстрировать элементы единоборств. Знать правила игры в баскетбол.	Р: коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. П: общеучебные –осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. К: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность обучающихся саморазвитию
27	Силовые			Содействовать	Силовые упражнения	Демонстрировать	Р: прогнозирование предвидеть возмо	<i>Нравственно-</i>

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	упражнения в парах, игры с элементами единоборств. Комбинации из освоенных элементов баскетбола, игра в б/л 5:5.			развитию силы. Играть с использованием элементов единоборств. Играть в баскетбол.	в парах. Игры с элементами единоборств. Баскетбол.	ь элементы единоборств. Знать правила игры в баскетбол.	жности получения конкретного результата при решении задачи. П: <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы
28	Техника безопасности на занятиях по гимнастике. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с элементами единоборств / упражнения с предметами. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии.			Повторить Правила поведения при проведении занятий по гимнастике. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Восстановить навык выполнения акробатических упражнений. Упражнения в равновесии.	Техника безопасности.. ОРУ с элементами единоборств. Акробатические комбинации. Упражнения в равновесии .	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Выполняют акробатические упражнения, упражнения в равновесии.	Р: <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> –осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптацией изменении ситуации поставленных задач
29	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с элементами единоборств / упражнения с			Совершенствовать строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические	Строевая подготовка. ОРУ с элементами единоборств. Акробатические комбинации. Упражнения в равновесии.	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Строевая подготовка. Выполняют акробатические	Р: <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> –осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптацией изменении ситуации поставленных задач

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	предметами. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии			упражнения. Упражнения в равновесии.		упражнения, упражнения в равновесии.		
30	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с элементами единоборств / упражнения с предметами. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии.			Совершенствовать строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, с элементами единоборств. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии.	Строевая подготовка. ОРУ с элементами единоборств. Акробатические комбинации. Упражнения в равновесии.	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Строевая подготовка. Выполняют акробатические упражнения, упражнения в равновесии.	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	<i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика»
31	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с гимнаст. скамейкой. Акробатические упражнения. Упражнения в висах на гимнаст. стенке и перекладине. Упражнения в равновесии, упорах на			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.	Различают строевые команды, четко выполняют строевые приемы. Повторяют акробатическую комбинацию. Выполняют упражнения на бревне.	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
	бревне							
32	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с гимнаст. скамейкой. Акробатические упражнения. Упражнения в висах на гимнаст. стенке и перекладине. Упражнения в равновесии, упорах на бревне			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.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют акробатическую комбинацию. Выполняют упражнения на бревне.	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
33	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с гимнаст. скамейкой. Акробатические упражнения. Упражнения в висах на гимнаст. стенке и перекладине. Упражнения в равновесии, упорах на			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.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют акробатическую комбинацию. Выполняют упражнения на бревне.	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
	бревне							
34	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с элементами единоборств / упражнения с предметами. Упражнения в висах и упорах на перекладине. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упорах на бревне.			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.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют акробатическую комбинацию. Выполняют упражнения на бревне.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
35	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с элементами единоборств / упражнения с предметами. Акробатические упражнения. Упражнения в висах и упорах на перекладине. Упражнения в			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.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют акробатическую комбинацию. Выполняют упражнения на бревне.	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
	равновесии, упорах на бревне.							
36	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения у гимнаст. стенки. Упражнения в висах и упорах на перекладине. Акробатические упражнения. Упражнения в равновесии, упорах на бревне. Подъем туловища из положения лежа на спине на р-т.			Совершенствовать строевые упражнения. Выполнять упражнения у гимнастической стенки. Выполнять акробатическую комбинацию. Выполнять упражнения в равновесии. Выполнять тест по подниманию туловища из положения лежа на спине на результат. .	Строевые приемы. Выполнение упражнений с использованием гимнастической стенки. Выполнение акробатической комбинации. Выполнение упражнений в равновесии. Выполнять тест по подниманию туловища.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между 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
37	Строевые упражнения.			Повторить строевые упражнения.	Акробатическая комбинация из	Расширение двигательного	Р. - формирование умения планировать, контролировать и	Формирование установки на

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Общеразвивающие упражнения у гимнаст. стенки. Акробатические упражнения. Упражнения в висах и упорах на перекладине. Комбинация на гимнастическом бревне с учетом овладения техникой.			Акробатическая комбинация из освоенных элементов. Закрепить комбинацию на бревне из освоенных элементов.	освоенных элементов. Комбинация на бревне из освоенных элементов.	опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	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	безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
38	Строевые упражнения. общеразвивающие упражнения с элементами единоборств / упражнения с предметами. Акробатическая комбинация с учетом овладения техникой. Упражнения в висах и упорах на гимнастической стенке. .			Повторить строевые упражнения. Акробатическая комбинация из освоенных элементов. Закрепить комбинацию на бревне из освоенных элементов. Развивать силу.	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
	Упражнения в равновесии.							
39	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с элементами единоборств / упражнения с предметами. Акробатическая комбинация с учетом овладения техникой. Упражнения в висах и упорах на гимнастической стенке. . Упражнения в равновесии.			Повторить строевые упражнения. Акробатическая комбинация из освоенных элементов. Закрепить комбинацию на бревне из освоенных элементов. Развивать силу.	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
40	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с элементами единоборств / упражнения с предметами. Тест на гибкость / р-т.			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	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
	Опорный прыжок. Преодоление полосы препятствий.						собственное поведение.	
41	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Опорный прыжок. Преодоление полосы препятствий.			Уметь выполнять строевые упражнения. Совершенствовать опорный прыжок через козла в ширину «ноги врозь». Преодолевать полосу препятствий.	Строевые упражнения. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию
42	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения со скакалкой (прыжки на р-т за 1 мин). Опорный прыжок. Преодоление полосы препятствий.			Выполнять строевые упражнения. Прыжки со скакалкой 1 мин. Совершенствовать опорный прыжок. 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.
43	Строевые упражнения. Общеразвивающие			Совершенствовать строевые упражнения. Совершенствовать	Строевые упражнения. ОРУ с элементами единоборств. Тест на	Формирование умений выполнять комплексы	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	упражнения с элементами единоборств / упражнения с предметами. Подтягивание на р-т. Опорный прыжок. Преодоление полосы препятствий.			упражнения с элементами единоборств. Выполнять подтягивание на результат. Совершенствовать опорный прыжок. Преодоление полосы препятствий.	подтягивание. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояния здоровья	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	не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
44	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с элементами единоборств / упражнения с предметами. Отжимание на р-т. Опорный прыжок. Преодоление полосы препятствий.			Отжимание на результат. Совершенствовать опорный прыжок через козла. Преодолевать полосу препятствий.	Тест на сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений	Р.- формирование умения понимать причины успеха/не-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	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
45	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с элементами единоборств /			Совершенствовать опорный прыжок через козла. Преодолевать полосу препятствий.	Строевые упражнения. ОРУ с элементами единоборств. Опорный прыжок. Полоса препятствий.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных	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	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
	упражнения с предметами. Опорный прыжок с учетом овладения техникой. Лазанье по канату. Преодоление полосы препятствий					физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
46	Строевые упражнения. Комплекс упражнений ритмической гимнастики. 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.
47	Строевые упражнения. Комплекс упражнений РГ. Преодоление полосы препятствий с учетом			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	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	овладения техникой.					качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	
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 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.
49	Техника безопасности на занятиях по л/а. Бег в равномерном темпе Ю-до 6 мин, Д- до 5 мин. Бег с ускорением, эстафеты с этапом до 100м. / <i>Техника безопасности на занятиях по</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	Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ. Содействуют развитию выносливости./ Техника попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 1 км (д), 1,5 км (ю) со средней	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>лыжной подготовке. Строевые приемы с лыжами. Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 1,5км; Д-до 1км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>			лыжами. Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода. Проходить дистанцию до 1 км (д), 1,5 км (ю). Эстафеты с этапом до 100м	скоростью. Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ.			
50	Бег в равномерном темпе Ю-до 6 мин, Д- до 5 мин. Бег с ускорением, эстафеты с этапом до 100м. / Строевые приемы с лыжами. Попеременный двухшажный ход с учетом овладения			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.	Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ. Содействуют развитию выносливости./ Техника попеременного двухшажного хода, одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции 1 км (д), 2	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>техники. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 2км; Д-до 1км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>			Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода, технику одновременного бесшажного хода. Проходить дистанцию до 1 км (д), 2 км (ю). Эстафеты с этапом до 100м	км (ю) со средней скоростью. Знания о физической культуре. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Инструктаж по ТБ.			
51	Бег в равномерном темпе Ю-до 6 мин, Д- до 5 мин. Бег с ускорением, эстафеты с этапом до 100м. / Строевые приемы с лыжами. Одновременный бесшажный ход с учетом овладения техникой. Одновременный двухшажный ход.			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 (д), 2,5 км (ю).. 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 (д), 2,5 км (ю). 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 произвольным способом Ю-до 2,5км; Д-до 1,5км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>							
52	Бег в равномерном темпе Ю-до 6 мин, Д-до 5 мин. Упражнения на гимнастической скамейке (со скамейкой). Подвижные игры на овладение навыками в метании мяча "4 стойки", "перестрелка" и др. / <i>Одновременный двухшажный ход. Одновременный одношажный ход (основной вариант).</i>			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения на гимнастической скамейке. Учить подвижные игры на овладение навыков метаний. / Одновременный бесшажный ход, и одновременный двухшажный ход. Содействовать развитию выносливости	Бег в равномерном темпе. Упражнения на гимнастической скамейке. Игры на овладение навыками метаний. / 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>Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 2,5км; Д-до 1,5км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием.</i>							
53	Бег в равномерном темпе Ю-до 6 мин, Д-до 5 мин. Упражнения на гимнастической скамейке (со скамейкой). Подвижные игры на овладение навыками в метании мяча "4 стойки", "перестрелка" и др. / <i>Одновременный двухшажный ход с учетом овладения техникой. Одновременный одношажный</i>			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения на гимнастической скамейке. Учить подвижные игры на овладение навыков метаний./ Знать повороты на месте махом. Одновременный бесшажный ход, и одновременный двухшажный ход. Содействовать развитию выносливости	Бег в равномерном темпе. Упражнения на гимнастической скамейке. Игры на овладение навыками метаний./ Повороты на месте махом. Одновременный бесшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах до 2км (д), 3 км (ю).	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.	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

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>ход (основной вариант). Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 3км; Д-до 2км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием</i>							
54	Бег в равномерном темпе Ю-до 6 мин, Д-до 5мин. Упражнения на гимнастической скамейке (со скамейкой). Подвижные игры на овладение навыками в метании мяча "4 стойки", "перестрелка" и др. / <i>Одновременный одношажный ход (основной вариант с учетом</i>			Содействовать развитию выносливости. Выполнять упражнения на 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	Бег в равномерном темпе. Упражнения на гимнастической 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 (д), 3 км (ю).	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.	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

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<i>овладения техникой), стартовый вариант. Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 3км;Д-до 2км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием .</i>							
55	Бег в равномерном темпе до 6 мин. Челночный бег 3*10,6*10,10*10 , эстафеты с этапом до 100м. Тест на гибкость на р-т. / Одновременный одношажный ход (стартовый вариант). Коньковый ход. Прохождение дистанции на лыжах			Содействовать развитию выносливости. Упражнения в сочетании с видами передвижений. Уметь выполнять челночный бег 3*10, 6*10м, 10*10м. Выполнять тест на гибкость. . Эстафеты/ Выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Уметь проходить дистанцию 2,5 км (д), 3,5 км (ю).	Бег в равномерном темпе. Упражнения с различными видами передвижений. Челночный бег. Тест на гибкость. Эстафеты/ Уметь выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Проходить дистанцию 2,5 км (д), 3,5 км (ю).	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-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	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>произвольным способом Ю-до 3,5км; Д-до 2,5км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием</i>			Содействовать развитию выносливости.				
56	Бег в равномерном темпе до 6 мин. Челночный бег 3*10,6*10,10*10, эстафеты с этапом до 100м. / <i>Одновременный одношажный ход (стартовый вариант с учетом овладения техникой). Коньковый ход.</i>			Содействовать развитию выносливости. Упражнения в сочетании с видами передвижений. Уметь выполнять челночный бег 3*10, 6*10м, 10*10м. Эстафеты/ Выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Уметь проходить дистанцию 2,5 км (д),	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 (д), 3,5 км (ю).	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-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	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>Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 3,5км; Д-до 2,5км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием .</i>			3,5 км (ю). Содействовать развитию выносливости.				
57	Бег в равномерном темпе до 6 мин. Челночный бег 3*10 м на р-т, эстафеты с этапом до 100м. <i>/ Коньковый ход. Попеременный четырехшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 4км; Д-до 2,5км. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с</i>			Содействовать развитию выносливости. Упражнения в сочетании с видами передвижений. Уметь выполнять челночный бег. Эстафеты./ Выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Уметь проходить дистанцию 2,5 км (д), 4 км (ю). Содействовать развитию выносливости.	Бег в равномерном темпе. Упражнения с различными видами передвижений. Челночный бег. Эстафеты/ Уметь выполнять одновременный двухшажный ход, выполнять одновременный одношажный ход. Проходить дистанцию 2,5 км (д), 4 км (ю). Эстафеты.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-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	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>преследованием</i>							
58	Бег в равномерном темпе Ю-7-мин, Д- 6мин. Упражнения у гимнастической стенки. Подвижные игры на овладение навыками в ловле и передачах мяча "10 передач" и др. / <i>Коньковый ход с учетом овладения техникой. Попеременный четырехшажный ход. Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 4км; Д-до 3км. Эстафеты с этапом</i>			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять упражнения у гимнастической стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Содействовать развитию выносливости. Знать одновременный одношажный ход. Учить коньковый ход. Уметь проходить дистанцию до 3км (д), 4 км (ю).	Бег в равномерном темпе. Упражнения у гимнастической стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Проходить по дистанции одновременным одношажным ходом. Учить коньковый ход. Проходить дистанцию 3 км (д), 4 км (ю) .	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 оценивать собственное поведение	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
59	Бег в равномерном темпе Ю-7-мин,			Содействовать развитию выносливости. Уметь	Бег в равномерном темпе. Упражнения у гимнастической	Описывают технику изучаемых	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	<p>Д-до 6мин. Упражнения у гимнастической стенки. Подвижные игры на овладение навыками в ловле и передачах мяча "10 передач" и др. /</p> <p><i>Попеременный четырехшажн ый ход. Переход с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 4,5км;Д -до 3км. Эстафеты с этапом до 100м,гонки с преследованием</i></p>			<p>выполнять упражнения у гимнастической стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Содействовать развитию выносливости. Знать одновременный одношажный ход. Учить коньковый ход. Уметь проходить дистанцию до 3км (д), 4 км (ю).</p>	<p>стенки. Игры с навыками ловли и передачи мяча./ Проходить по дистанции одновременным одношажным ходом. Учить коньковый ход. Проходить дистанцию 3 км (д), 4 км (ю).</p>	<p>лыжных ходов.</p>	<p>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</p>	<p>сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций</p>
60	<p>Бег в равномерном темпе Ю-7-мин, Д- 6-мин. Упражнения у гимнастической</p>			<p>Содействовать развитию выносливости. Выполнять тест – поднимание туловища из</p>	<p>Бег в равномерном темпе. Упражнения у гимнастической стенки. Тест на поднимание туловища из</p>	<p>Формирование навыка систематического наблюдения за своим</p>	<p>Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями,</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	стенки. Подъем туловища из положения лежа на спине на р-т. Подвижные игры на овладение навыками в ловле и передачах мяча "10 передач" и др. / <i>Попеременный четырехшажный ход. Переход с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 4,5км; Д-прохождение дистанции 3км на лыжах. Эстафеты с этапом до 100м, гонки с преследованием</i>			положения лежа на спине на результат. Играть в игры на овладение навыками в ловле и передачах мяча./ Знать коньковый ход. Уметь проходить дистанцию до 3,5 км (д), 4,5 км (ю) Содействовать развитию выносливости.	положения лежа на спине. Игры с мячом./ Коньковый ход. Дистанция до 3,5 км (д), 4,5 (ю).	физическим состоянием, величиной физических нагрузок	отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
61	Бег в			Содействовать	Бег в равномерном	Формирование	Р.-определять наиболее эффективные	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 7 мин. Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий, эстафеты с этапом до 100м.</p> <p>/</p> <p><i>Попеременный четырехшажный ход с учетом овладения техникой. Переход с одновременных ходов на попеременные. Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 5км; Д-до 3,5км. Подъем на склон "лесенкой", "елочкой", "полуелочкой", ступающим и скользящим шагом. Спуск со склона. Торможение и</i></p>			<p>развитию выносливости. Уметь выполнять упражнения со скакалкой. Уметь бегать с преодолением препятствий. Эстафеты с этапом до 100м/ Проходить дистанцию. Учить подъем на склон «лесенкой», «елочкой», «полуелочкой». Учить спуск со склона торможение «плугом».</p>	<p>темпе. Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий. Эстафеты/ Коньковый ход. Прохождение дистанции. Подъемы на склон. Спуски со склона</p>	<p>навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок</p>	<p>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>поворот "упором".</i>							
62	Бег в равномерном темпе Ю-до 8 мин, Д-до 7 мин. Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий, эстафеты с этапом до 100м. <i>/ Переход с одновременных ходов на попеременные. Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-прохождение дистанции 5км на лыжах; Д-до 4км.Подъем на склон "лесенкой", "елочкой", "получелочкой", ступающим и скользящим шагом. Спуск со склона.</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», «получелочкой». Учить спуск со склона торможение и поворот «упором».	Бег в равномерном темпе. Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий. Эстафеты. 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>Торможение и поворот "упором".</i>							
63	Бег в равномерном темпе Ю-до 8 мин, Д-до 7 мин. 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 произвольным способом Ю-до 5,5км; Д-до 4,5км. Подъем на склон "лесенкой", "елочкой", "полу елочкой", ступающим и скользящим шагом. Спуск со склона. Торможение и поворот</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. Уметь подниматься на склон, и спускаться со склона изученными способами.	Бег в равномерном темпе. Упражнения со скакалкой. Бег с преодолением препятствий. Эстафеты. Прыжок в длину с места./ Дистанция 4,5 км. Подъемы на склон. Спуски со склона	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>"упором".</i>							
64	Бег в равномерном темпе до 8 мин. Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 6км; Д-до 5км. Торможение и поворот "упором".</i>			Содействовать развитию выносливости. Учить игры подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол («пионербол»)/ Содействовать развитию выносливость. Проходить длинную дистанцию . 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
65	Бег в равномерном темпе Ю-до 9 мин, Д-до 8 мин. Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол			Содействовать развитию выносливости. Учить игры подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол («пионербол»)/ Содействовать развитию выносливость. Проходить	Бег в равномерном темпе. Подвижные игры/ Прохождение дистанции. Подъемы на склон. Спуски со склона.	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
	"пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 6км; Д-до 5км. Торможение и поворот "упором".</i>			дистанцию. Уметь подниматься на склон. Уметь спускаться со склона		организма		
66	Бег в равномерном темпе Ю-до 9 мин, Д-до 8 мин. Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол "пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-5км; Д-3км на р-т.</i>			Содействовать развитию выносливости. Учить игры подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол («пионербол»)/ Содействовать развитию выносливость. Проходить дистанцию на результат. Уметь подниматься на склон.	Бег в равномерном темпе. Подвижные игры/ Прохождение дистанции на результат.	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
67	Техника безопасности на	4нед февр		Знать технику безопасности на	Техника безопасности на занятиях по	Изучают историю	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно	Развитие этических качеств,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	занятиях по спортивным играм (волейболу). Упражнения со скакалкой, прыжки со скакалкой 1 мин. Бег в равномерном темпе до 9 мин. Стойка волейболиста, перемещения. Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах Ю-бкм; Д- 5км (без учета времени).</i>			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 (д), 6 км (ю) без учета времени.	волейболу. Упражнения со скакалкой. Бег в равномерном темпе. Стойка, перемещения волейболиста. Игры/ дистанция на лыжах без учета времени.	волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол./ Овладевают основными приемами прохождения дистанции на лыжах.	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	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
68	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм (волейболу).			Знать технику безопасности на занятиях по волейболу. Уметь выполнять упражнения со скакалкой.	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Упражнения со скакалкой. Бег в равномерном темпе.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий,	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Упражнения со скакалкой, прыжки со скакалкой 1 мин. Бег в равномерном темпе Ю-до 10 мин, Д -до 9 мин. Стойка волейболиста, перемещения. Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах Ю-бкм;Д- 5км (без учета времени).</i>			скакалкой. Содействовать развитию выносливости. Учить стойку волейболиста. Перемещения волейболиста. Игры подводящие к овладению волейболом/ Содействовать развитию выносливости. Проходить дистанцию 5 км (д), 6 км (ю)без учета времени.	Стойка, перемещения волейболиста. Игры/ дистанция на лыжах без учета времени.	осваивают их самостоятельно.	межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
69	Бег в равномерном темпе Ю-до 10 мин, Д -до 9 мин. Прыжки со скакалкой за 1 мин на р-т. Стойка волейболиста,			Совершенствовать сочетание приемов ведения, передач и бросков. Тестирование прыжков со скакалкой. Стойки и перемещения игрока. Уметь играть по упрощенным	Бег в равномерном темпе. Прыжки со скакалкой. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Игры по упрощенным правилам. / Прохождение	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет-ными понятиями, отражающи-ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять	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
	перемещения. Подвижные игры, подводящие к овладению спортивной игрой в волейбол: "пионербол" и др. / <i>Прохождение дистанции на лыжах произвольным способом Ю-до 6км; Д-до 5км.</i>			правилам./ Содействовать развитию выносливости.	дистанции на лыжах.		взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
70	Бег в равномерном темпе Ю-до 12 мин, Д-до 10 мин; с изменением направления движения. Подтягивание на р-т. Передача мяча двумя руками сверху, комбинации из освоенных элементов волейбола. Силовые			Содействовать развитию выносливости. Подтягивание на результат. Уметь выполнять бег с изменением направления. Уметь выполнять силовые упражнения с партнером. Знать передачу мяча двумя руками сверху.	Бег в равномерном темпе. Бег с изменением направления. Силовые упражнения с партнером. Подтягивание на результат. Передача мяча двумя руками. Комбинации из освоенных элементов.	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями 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
	упражнения с партнером; подвижные игры с элементами единоборств.							
71	Бег в равномерном темпе Ю-до 12 мин, Д-до 10 мин; с изменением направления движения. Отжимание на р-г. Передача мяча двумя руками сверху, подачи мяча, комбинации из освоенных элементов волейбола. Силовые упражнения с партнером; подвижные игры с элементами единоборств.	1 нед март		Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять бег с изменением направления. Уметь выполнять силовые упражнения с партнером. Выполнять отжимание на результат. Знать передачу мяча двумя руками сверху. Содействовать развитию силы.	Бег в равномерном темпе. Бег с изменением направления. Силовые упражнения с партнером. Отжимание на результат. Передача мяча двумя руками.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями 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 Ю-до 14 мин, Д-до 11 мин			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять	Бег в равномерном темпе. Упражнения с партнером. Передача мяча двумя руками	Описывают технику изучаемых игровых	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.-	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мин; с изменением направления движения. Передача мяча двумя руками сверху с учетом овладения техникой, подачи мяча в заданную часть площадки, прием мяча двумя руками снизу, комбинации из освоенных элементов волейбола. Силовые упражнения с партнером; подвижные игры с элементами единоборств.			упражнения с партнером.. Знать передачу мяча двумя руками сверху. Учить подачу мяча в заданную часть площадки. Уметь выполнять прием мяча двумя руками снизу. Содействовать развитию силы.	сверху. Нижняя прямая подача мяча (через сетку)	приемов и действий, осваивают их самостоятельно	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	нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
73	Бег 6 мин на р-т. Комбинации из освоенных элементов волейбола, подвижные игры с элементами			Уметь бежать 6 мин на результат. Уметь выполнять комбинации из освоенных элементов волейбола. Играть в игры с элементами волейбола.	Бег 6 мин. На результат. Освоенные элементы волейбола. Подвижные игры с элементами волейбола.	Взаимодействую т со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами	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
	волейбола.					действий, соблюдают правила безопасности	и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	справедливости и свободе
74	Бег в равномерном темпе Ю-до 16 мин, Д-до 12 мин; с изменением направления движения. Подачи мяча в заданную часть площадки с учетом овладения техникой, прием мяча двумя руками снизу, прямой нападающий удар, блокирование, комбинации из освоенных элементов волейбола. Упражнения с набивными мячами ю-весом до 5кг; д-весом до 2кг.			Содействовать развитию выносливости. Уметь передавать мяч двумя руками сверху. Уметь выполнять нижнюю прямую подачу мяча через сетку. Уметь выполнять прием мяча после подачи. Использовать комбинации из изученных элементов. Выполнять упражнения с набивными мячами.	Бег в равномерном темпе. Передачи мяча двумя руками сверху. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча после подачи. Упражнения с набивными мячами	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями 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
75	Упражнения с			Содействовать	Упражнения с	Расширение	Р.- формирование умения	Развитие навыков

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	набивными мячами ю-весом до 5кг; д-весом до 2кг. Прием мяча двумя руками снизу, прямой нападающий удар, блокирование, комбинации из освоенных элементов волейбола. Учебная игра по упрощенным правилам волейбола.			развитию силы. Уметь выполнять прием двумя руками снизу после подачи. Учить прямой нападающий удар, блокирование. Выполнять комбинации из освоенных элементов. Содействовать развитию силы рук.	набивными мячами. Прием мяча двумя руками снизу, прямой нападающий удар, блокирование. Комбинации из освоенных элементов волейбола. Игра по правилам.	двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	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	сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
76	Бег в равномерном темпе Ю-до 16 мин, Д-до 12 мин; с изменением направления движения. Прием мяча двумя руками снизу с учетом овладения техникой, прямой нападающий удар,			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять прием мяча двумя руками снизу. Уметь выполнять прямой нападающий удар, блокирование. Уметь выполнять комбинации изученных элементов. Знать правила игры в волейбол.	Бег в равномерном темпе. Упражнения с партнером. Прием мяча. Прямой нападающий удар, блокирование. Игра в волейбол по упрощенным правилам.	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями 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
	блокирование, комбинации из освоенных элементов волейбола. Упражнения с набивными мячами ю-весом до 5кг; д-весом до 2кг.							
77	Силовые упражнения с партнером; подвижные игры с элементами единоборств. Комбинации из освоенных элементов волейбола. Учебная игра по упрощенным правилам волейбола.			Содействовать развитию силы. 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, приемами и физическими упражнениями 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	Силовые упражнения с партнером; подвижные игры с элементами единоборств. Комбинации из освоенных			Содействовать развитию силы. 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, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением	Знать правила игры в волейбол. Уметь играть с использованием изученных элементов.	Упражнения с партнером. Комбинации из изученных элементов. Игра по упрощенным правилам.

№ 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 по упрощенным правилам волейбола.					использовать их игровой деятельности		
79	Техника безопасности на занятиях по л/а. Бег с преодолением 3-4 препятствий. Общеразвивающие упражнения. Прыжки в высоту с 9-11 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 9-11 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 преодолением 3-4 препятствий. Общеразвивающие упражнения. Прыжки в высоту с 9-11 шагов бокового разбега			Уметь бегать с преодолением препятствий. ОРУ. Содействовать восстановлению навыка выполнения прыжка в высоту с 9-11 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
	способом "перешагиван							
81	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Прыжки в высоту с 9-11 шагов бокового разбега способом "перешагивание".			Уметь бегать с преодолением препятствий. ОРУ. Содействовать восстановлению навыка выполнения прыжка в высоту с 9-11 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
82	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Тест на гибкость / р-т. Прыжки в высоту с 9-11 шагов бокового разбега способом "перешагивание".			Совершенствовать бег с преодолением препятствий. Выполнять тест на гибкость. Совершенствовать прыжки в высоту с 9-11 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			Совершенствовать	Бег с преодолением	Описывают	Р.-осуществлять взаимный контроль в	Совершенствовать бег

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	преодолением 3-4 препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Прыжки в высоту с 9-11 шагов бокового разбега способом "перешагивание" (с учетом овладения техникой).			бег с преодолением препятствий. Выполнять тест на гибкость. Совершенствовать прыжки в высоту с 9-11 шагов разбега способом «перешагивание» с учетом овладения техникой.	препятствий. Тест на гибкость. Прыжок в высоту с разбега.	технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.-	с преодолением препятствий. Выполнять тест на гибкость. Совершенствовать прыжки в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание».
84	Бег с преодолением 3-4 препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Прыжки в высоту с 9-11 шагов бокового разбега способом "перешагивание" (на р-т).			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 упражнениями 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
85	Бег в равномерном темпе Ю-до 6			Бег в равномерном темпе. Уметь выполнять челночный	Бег. Челночный бег. Эстафеты. Тест на подтягивание.	Овладение основами технических	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств	Бег в равномерном темпе 4 мин (д) / 5 мин (м). Челночный

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мин, Д-до 5 мин. Челночный бег 3*10м,6*10м,10*10м, эстафеты с этапом до 100м. Упражнения у гимнастической стенки. Подтягивание на р-т. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель, на дальность с разбега.			бег. Выполнять на результат подтягивания. Знать метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цели.	действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в игровой деятельности	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 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)).
86	Бег в равномерном темпе Ю-до 6 мин, Д-до 5 мин. Челночный бег 3*10м,6*10м.10*10м,эстафеты с этапом до 100м. Упражнения у гимнастической стенки. Отжимание на р-т. Метание малого мяча в			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)

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	горизонтальную и вертикальную цель, на дальность с разбега.							
87	Бег в равномерном темпе Ю-до 6 мин, Д-до 5 мин. Челночный бег 3*10м (на р-т). Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель, на дальность с разбега. Общеразвивающие упражнения с партнером, силовые упражнения с партнером; подвижные игры с элементами единоборств.			Выполнить челночный бег на результат. Уметь выполнять упражнения с мячами. Уметь метать на дальность с разбега. Содействовать развитию силы.	Бег в равномерном темпе. Челночный бег – тест. Упражнения с мячами. Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов. ОРУ с партнером. Подвижные игры с элементами единоборств.	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта.	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
88	Бег в равномерном темпе Ю-до 7 мин, Д-до 6			Уметь выполнять упражнения с мячами. Выполнять метание малого мяча	Бег в равномерном темпе. Упражнения с мячами. Метание малого мяча на	Описывают технику выполнения метания мяча на	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.-	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мин; с изменением направления движения. Метание малого мяча в цель (на р-т) / на дальность с разбега (с учетом овладения техникой). Общеразвивающие упражнения с партнером, силовые упражнения с партнером; подвижные игры с элементами единоборств.			на результат. Знать подвижные игры с элементами единоборств.	дальность на результат. ОРУ. Подвижные игры с элементами единоборств.	дальность. Умеют определять ошибки при выполнении упражнения.	владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
89	Бег в равномерном темпе Ю-до 7 мин, Д-до 6 мин. Эстафетный бег, эстафеты с этапом до 100м. Силовые упражнения с партнером;			Содействовать развитию выносливости. Уметь выполнять эстафетный бег. Содействовать развитию силы. Выполнять тест по подъему туловища из положения лежа на спине.	Бег в равномерном темпе. Эстафетный бег. Силовые упражнения. Подъем туловища из положения лежа на результат.	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой	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
	подвижные игры с элементами единоборств. Подъем туловища из положения лежа на спине на р-т.					деятельности		
90	Бег в равномерном темпе Ю-до 7 мин, Д-до 6 мин. Эстафетный бег (с учетом овладения техникой), эстафеты с этапом до 100м. Прыжки в длину с места. Силовые упражнения с партнером; подвижные игры с элементами единоборств			Содействовать развитию выносливости. Выполнять эстафетный бег с учетом овладения техникой. Уметь выполнять прыжок с места. Содействовать развитию силы.	Бег в равномерном темпе. Эстафетный бег. Силовые упражнения с партнером. Прыжок в длину с места. Силовые упражнения с партнером, подвижные игры.	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 и осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
91	Бег в равномерном темпе Ю-до 8 мин, Д-до 7 мин. Бег с ускорением до			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	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие	Смыслообразова-ние– адекватная мотивация учеб-ной деятельности. Нравственно-этическая

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	100м. Прыжки в длину с места на результат.					упражнениями из базовых видов спорта	приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью	ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
92	Бег в равномерном темпе 6 мин (д) / 7 мин (м). Бег с ускорением, 30м на р-т.			Содействовать развитию скоростно-силовых качеств.	Бег в равномерном темпе. Бег на 30м на результат.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры)	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)
93	Бег в равномерном темпе Ю-до 10 мин, Д-до 8 мин. Бег с ускорением до 100м.			Содействовать развитию выносливости. Содействовать развитию скорости.	Бег в равномерном темпе. Бег на результат 100м.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха 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-т. Бег в			Выполнять тест в беге на 100м на результат. Уметь выполнять прыжок в	Бег 100м на результат. Равномерный бег с преодолением	Выполняют бег с максимальной скоростью 100 м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной	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
	равномерном темпе до 7 мин (д) / 8 мин (м); с преодолением препятствий.			длину с места. Уметь бегать в равномерном темпе с преодолением препятствий.	препятствий.		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 Ю-до 12 мин, Д-до 10 мин.; с преодолением препятствий.			Уметь бегать в равномерном темпе. Знать правила соревнований.	Бег в равномерном темпе. Упражнения с преодолением препятствий.	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)
96	Бег в равномерном темпе Ю-до 12 мин, Д-до 10 мин.; с преодолением препятствий.			Уметь бегать в равномерном темпе. Знать правила соревнований.	Бег в равномерном темпе. Упражнения с преодолением препятствий.	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			Знают технику безопасности по спортивным играм. Умеют выполнять	Техника безопасности на занятиях по футболу. Бег на средние дистанции на	Выполняют бег на средние дистанции	Р: - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П: - овладение	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	играм (футбола). Упражнения со скакалкой. Бег Ю-3000м, Д-2000м (на р-т). Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).			упражнения со скакалкой. Умеют выполнять бег на средние дистанции на результат. Умеют играть в подвижные игры	результат. Подвижные игры с элементами спортивных (футбола, волейбола, баскетбола)		базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	учения
98	Бег в равномерном темпе Ю-до 18мин, Д-до14мин. Упражнения со скакалкой, прыжки на двух ногах с вращением скакалки вперед за 1мин (на р-т). Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом в футболе (стойка игрока,	3 нед май		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: <i>целенаправленно</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
	перемещения футболиста; ведение мяча с активным сопротивлением защитника; удары по мячу и остановка мяча). Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).							
99	Бег в равномерном темпе Ю-5000м, Д-3000м (без учета времени). Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом в футболе. Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).			Содействовать развитию выносливости. Выполнять элементы перемещений с мячом в футболе. Знать правила игры в футбол.	Бег в равномерном темпе. 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
100	Упражнения с набивными мячами весом до 5кг-Ю,2кг-Д. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом в футболе (удары по воротам и игра вратаря; вырывание, выбивание, перехват мяча). Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).			Содействовать развитию силы. 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
101	Упражнения с набивными мячами весом до 5кг-Ю,2кг-Д. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом			Содействовать развитию силы. 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
	в футболе. Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).							
10 2	Упражнения с набивными мячами весом до 5кг-Ю,2кг-Д. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом в футболе. Подвижные игры с элементами спортивных (мини-футбола, волейбола, баскетбола).			Упражнения с набивными мячами, содействовать развитию силы. 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

