

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Старое  
Ермаково муниципального района Камышлинский Самарской области

|                                                                                                                                 |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>«Рассмотрено»</b><br>На заседании МО<br><i>А.А. Абдуллова</i> А.А.<br>Протокол № <u>4</u><br>от <u>30.08</u> 20 <u>18</u> г. | <b>«Согласовано»</b><br>Заместитель директора по УВР<br><i>Р.И. Шайкутдинова</i> Р.И.<br>от <u>01.09</u> 20 <u>18</u> г. | <b>«Утверждено»</b><br>И.о. директора школы<br><i>Г.Х. Гимазиева</i> Г.Х.<br>от <u>01.09</u> 20 <u>18</u> г.<br> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Адаптированная рабочая  
программа по физической культуре**

5 класс

2018-2019 учебный год

Составил:

учитель физической культуры  
Яруллин Рустям Исхандарович

с. Старое Ермаково  
2018 г.

### **Пояснительная записка**

Данная рабочая учебная программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 25.12.2018) (с последними изменениями и доп. вступившими в силу)
2. Приказом Министерства просвещения РФ от 28.12.2018г №345 "О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования";
3. Федеральным Государственным образовательным стандартом основного общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12. 2010г. №1897; приказом Министерства образования и науки РФ от 29 декабря 2014 г. N 1644 "О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. N 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования".
4. Основной образовательной программой основного общего образования ГБОУ СОШ с.Старое Ермаково;
5. Учебным планом ГБОУ СОШ с.Старое Ермаково на 2018-2019 учебный год.

### **Цели и задачи реализации программы**

Формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, — главная цель развития отечественной системы школьного образования. Как следствие, каждая образовательная область Базисного учебного плана ориентируется на достижение этой главной цели.

**Цель** школьного образования по физической культуре — 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. В

основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс по физической культуре в основной школе строится так, чтобы были решены следующие **задачи**:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая программа в своем предметном содержании **направлена на**:

- реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

- расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

### **Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре в 5 классе**

| № п/п | Тема                                                            | Кол-во часов |
|-------|-----------------------------------------------------------------|--------------|
| 1.    | Основы знаний по физической культуре                            | 6            |
| 2.    | Тема «Спортивные игры» (42 часа):<br>«Баскетбол»,<br>«Волейбол» | 24<br>18     |
| 3.    | Гимнастика с основами акробатики                                | 18           |
| 4.    | Легкая атлетика                                                 | 21           |
| 5.    | Лыжная подготовка                                               | 15           |
|       | Итого                                                           | <b>102</b>   |

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Курс «Физическая культура», изучается в 5,6 классе по три часа в неделю. Общий объём учебного времени составляет по 102 часа.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета**

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

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

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

### **Личностные результаты освоения предмета физической культуры**

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

***Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.***

***В области познавательной культуры:***

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;

- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

***В области нравственной культуры:***

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;

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

***В области трудовой культуры:***

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;

- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

***В области эстетической культуры:***

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно со-хранять при разнообразных формах движения и пере движений;

- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

***В области коммуникативной культуры:***

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

***В области физической культуры:***

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

**Метапредметные результаты освоения физической культуры**

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

***Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.***

***В области познавательной культуры:***

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

***В области нравственной культуры:***

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

***В области трудовой культуры:***

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

***В области эстетической культуры:***

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

***В области коммуникативной культуры:***

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

***В области физической культуры:***

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

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

### **Предметные результаты освоения физической культуры**

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

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

***В области познавательной культуры:***

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

***В области нравственной культуры:***

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

***В области эстетической культуры:***

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

***В области физической культуры:***

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Учащиеся должны демонстрировать

| Физические способности | Физические упражнения                          | Мальчики |      |      | Девочки |      |      |
|------------------------|------------------------------------------------|----------|------|------|---------|------|------|
|                        |                                                | «5»      | «4»  | «3»  | «5»     | «4»  | «3»  |
| Скоростные             | Бег 60м с высокого старта с опорой на руку, с. | 10,2     | 10,8 | 11,4 | 10,4    | 10,9 | 11,6 |
| Скоростно-силовые      | Прыжок в длину с места, см.                    | 195      | 160  | 140  | 185     | 150  | 130  |

|                 |                                     |                   |     |     |     |     |      |
|-----------------|-------------------------------------|-------------------|-----|-----|-----|-----|------|
| Выносливость    | Бег 2000 м, мин.                    | Без учета времени |     |     |     |     |      |
| Координационные | Челночный бег 3х10м, с              | 8,5               | 9,3 | 9,7 | 8,9 | 9,7 | 10,1 |
| Гибкость        | Наклон вперед из положения сидя, см | 10                | 6   | 2   | 15  | 8   | 4    |
| Силовые         | Подтягивание, количество раз        | 6                 | 4   | 1   | 19  | 10  | 4    |

## Формирование УУД

| №  | Раздел (содержание)                                                                                                                                         | Учебные действия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Универсальные учебные действия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Спортивные игры                                                                                                                                             | Совершенствовать навыки игровых умений;<br>Понимание правил игры;<br>Знать и применять правила безопасности при игровых ситуациях;<br>Взаимодействовать с партнером и командой;<br>Наблюдать за соблюдением правил игры;<br>Формулировать высказывания своего мнения;<br>Разрешать спорные игровые ситуации                                                                                          | <b>Личностные УУД</b><br>Ценностно-смысловая ориентация учащихся,<br>- Действие смыслообразования,<br>- Нравственно-этическое оценивание<br><b>Коммуникативные УУД</b><br>- Умение выражать свои мысли,<br>- Разрешение конфликтов, постановка вопросов.<br>- Управление поведением партнера: контроль, коррекция.<br>- Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.<br>- Построение высказываний в соответствии с условиями коммуниции.<br><b>Регулятивные УУД</b><br>- Целеполагание,<br>- волевая саморегуляция, |
| 2  | Гимнастика с элементами Акробатики.<br>(построения и перестроения, общеразвивающие упражнения с предметами и без них; лазание и акробатические упражнения). | Уметь выполнять упражнения по образцу;<br>Применять правила безопасности при выполнении упражнений;<br>Выполнять перестроения в строю;<br>Следить за самочувствием при физических нагрузках;<br>Контролировать режимы нагрузки на организм.<br>Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.<br>Применять правила личной гигиены и требования к спортивной одежде |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|   |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 | Легкоатлетические упражнения (бег, метание, прыжки).                                                      | <p>Выполнять упражнения соответствующие возрасту;</p> <p>Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики;</p> <p>Наблюдать за правильностью выполнения упражнений;</p> <p>Выполнять требования правил безопасности при занятиях физической культурой;</p> <p>Применять правила личной гигиены и требования к спортивной одежде.</p>                                                                                                                                 | <p>коррекция, оценка качества и уровня усвоения.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Контроль в форме сличения с эталоном.</li> <li>- Планирование промежуточных целей с учетом результата.</li> </ul> <p><b>Познавательные универсальные действия:</b></p> <p>Общеучебные:</p>                     |
| 4 | Лыжная подготовка. (простейшие правила обращения с лыжным инвентарем, основные строевые приемы с лыжами). | <p>Выполнять требования правил безопасности при занятиях физической культурой на лыжах;</p> <p>Применять правила личной гигиены и требования к спортивной одежде для занятий на воздухе;</p> <p>Передвигаться на лыжах скользящим шагом с палками и без них;</p> <p>Владеть способами поворотов на лыжах;</p> <p>Совершенствовать навыки взаимопомощи и взаимодействия с одноклассниками;</p> <p>Применять простейшие правила обращения с лыжами;</p> <p>Выполнять основные строевые приемы с лыжами.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Умение структурировать знания,</li> <li>- Выделение и формулирование учебной цели.</li> <li>- Поиск и выделение необходимой информации</li> <li>- Анализ объектов;</li> <li>- Синтез, как составление целого из частей</li> <li>- Классификация объектов</li> </ul> |

Календарно-тематическое планирование 5 класс

| №<br>п/<br>п               | Тема урока                                                                             | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                               | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                           | Планируемые образовательные результаты                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                   |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            |                                                                                        |               |      |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                            | Предметные                                                                                    | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Личностные                                                                                                                                                        |
| Легкая атлетика (11 часов) |                                                                                        |               |      |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                            |                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                   |
| 1.                         | Вводный инструктаж при проведении занятий по легкой атлетике. Техника высокого старта. | 1 нед<br>сент |      | Ознакомление учеников с техникой безопасности во время занятий физической культурой, обучение технике высокого старта, стартового разгона                      | Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (30-40 м). Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения; развитие скоростных качеств. Подвижная игра «Бег с флажками». Инструктаж по ТБ | Изучают историю легкой атлетики. Рассказывают ТБ. Выполняют бег с максимальной скоростью 30м. | <b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью | Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 2                          | Спринтерский бег. Высокий старт (до 10-15 м).                                          | 2 нед<br>сент |      | Повторение техники высокого старта. Бег по дистанции (40-50.м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение | Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (40-50 м), специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Круговая эстафета. Влияние л/а упражнений на                     | Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.                                                   | <b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать                                                                                                                                                                                                  | Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)                                                                                |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                        | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                        | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                              | Планируемые образовательные результаты                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                              |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                   |               |      |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                               | Предметные                                              | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Личностные                                                                                                                                                                                                   |
|              |                                                                                   |               |      | результатов.                                                                                                                                                                                            | здоровье                                                                                                                                                                                                                      |                                                         | собственное мнение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                              |
| 3            | Бег 30м.<br>Специальны<br>е беговые<br>упражнения<br>Тестирован<br>ие - бег 30м.  | 2 нед<br>сент |      | Повторение<br>техники высокого<br>старта. Финиши-<br>рование. Специ-<br>альные беговые<br>упражнения, ОРУ.<br>Эстафеты линей-<br>ные, передача<br>палочки.<br>Проведение<br>тестирования по<br>бегу 30м | Высокий старт (до<br>10-15 м), бег по<br>дистанции,<br>специальные<br>беговые<br>упражнения, раз-<br>витие скоростных<br>возможностей.<br>Встречная эс-<br>тафета                                                             | Выполняют<br>бег с<br>максимальной<br>скоростью<br>30м. | <b>Р:</b> планирование: выбирать дей-<br>ствия в соответствии с постав-<br>ленной задачей и условиями ее<br>реализации. <b>П:</b> обще учебные –<br>самостоятельно выделять и<br>формулировать познавательную<br>цель. <b>К:</b> инициативное сотру-<br>дничество – ставить вопросы,<br>обращаться за помощью; про-<br>являть активность во<br>взаимодействии для<br>решения коммуникативных за-<br>дач. | Нравственно-<br>этическая<br>ориентация –<br>умение не создава-<br>ть конфликтов и<br>находить выходы<br>из<br>спорных ситуаций                                                                              |
| 4.           | Спринтерск<br>ий бег.<br>Финиширов<br>ание.<br>Передача<br>эстафетной<br>палочки. | 2 нед<br>сент |      | Повторение<br>техники высокого<br>старта. Финиши-<br>рование. Специ-<br>альные беговые<br>упражнения, ОРУ.<br>Эстафеты линей-<br>ные, передача<br>палочки. Старты<br>из различных<br>положений.         | Высокий старт (до<br>10-15 м), бег с<br>ускорением (50-60<br>м), финиширова-<br>ние, специальные<br>беговые упражне-<br>ния, развитие<br>скоростных воз-<br>можностей.<br>Эстафетный бег.<br>Передача эста-<br>фетной палочки | Выполняют<br>бег с<br>максимальной<br>скоростью<br>60м. | <b>Р:</b> целеполагание: формулирова-<br>ть и удерживать учебную<br>задачу.<br><b>П:</b> общеучебные контролиро-<br>вать и оценивать процесс и<br>результат деятельности.<br><b>К:</b> инициативное<br>сотрудничество –<br>ставить вопросы,<br>обращаться за помощью;<br>взаимодействие –<br>формулировать<br>собственное мнение и позицию                                                               | Смыслообразов-<br>ание– адекватная<br>мотивация учебно<br>й деятельности.<br>Нравственно-<br>этическая<br>ориентация –<br>умение не создава-<br>ть конфликтов и<br>находить выходы<br>из<br>спорных ситуаций |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                         | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                     | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                                     | Планируемые образовательные результаты                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                              |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                    |               |      |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                      | Предметные                                                                                          | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Личностные                                                                                                                                                                   |
| 5.           | Бег 60 м на результат.<br>Подвижная игра<br>«Разведчик и часовые».                 | 3 нед<br>сент |      | Учет результата по бегу на (60 м).<br>Специальные беговые упражнения. ОРУ. Провести эстафеты, подвижную игру «Разведчики и часовые»                                                                                  | Бег на результат (60 м).<br>Специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей.<br>Подвижная игра «Разведчики и часовые»                                                                                               | Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений. | <b>Р:</b> планирование применять установленные правила в планировании способа решения задачи.<br><b>П:</b> общеучебные контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений.<br><b>К:</b> планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью.                                                                                        | Смыслообразование – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.<br>Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях, |
| 6.           | Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 7-9 шагов разбега.<br>Метание малого мяча. | 3 нед<br>сент |      | Обучение отталкивания в прыжке в длину способом «согнув ноги», прыжок с 7-9 шагов разбега. Ознакомление с техникой метания мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 х 1) с 8-10 м, терминологией прыжков в длину | Обучение отталкивания в прыжке в длину способом «согнув ноги», прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в горизонтальную цель (1 х 1) с 5-6 м. ОРУ в движении. Подвижная игра «Попади в мяч». Специальные беговые упражнения. | Применяют прыжковые упражнения.                                                                     | <b>Р:</b> контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.<br><b>П:</b> общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач.<br><b>К:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения | Самоопределение – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения                                              |
| 7.           | Прыжок в длину с 7-9 шагов.<br>Метание                                             | 3 нед<br>сент |      | Обучение подбора разбега. Прыжок с 7-9 шагов разбега.                                                                                                                                                                | Обучение подбора разбега. Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого                                                                                                                                                                 | Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают                                                           | <b>Р:</b> планирование – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> –                                                                                                                                                                                                                                                                               | Смыслообразование – самооценка на основе критериев                                                                                                                           |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                             | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                                                                         | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                                                                              | Планируемые образовательные результаты                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                        |
|--------------|------------------------------------------------------------------------|---------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                        |               |      |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                               | Предметные                                                                               | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Личностные                                                                                                             |
|              | мяча на<br>дальность.<br><br>Тестирован<br>ие –<br>подтягиван<br>ие.   |               |      | Метание малого<br>мяча в верти-<br>кальную цель (1 х<br>1) с 5-6 м. ОРУ.<br>Специальные<br>беговые упражне-<br>ния. Подвижная<br>игра «Кто дальше<br>бросит». Проведен-<br>ие тестирования<br>по подтягиванию.                                                           | мяча в верти-<br>кальную цель ( <b>1<br/>х 1</b> ) с 5-6 м. ОРУ.<br>Специальные<br>беговые<br>упражнения.<br>Подвижная игра<br>«Кто дальше<br>бросит». Развитие<br>скоростно-<br>силовых качеств                                                                              | правила<br>безопасности<br>при метании..                                                 | предвосхищать результат.<br><b>П:</b> общеучебные выбирать наиб<br>олее эффективные<br>способы решения задач;<br>Контролировать<br>и оценивать процесс в<br>результате своей деятельности.<br><b>К:</b> инициативное<br>сотрудничество –<br>формулировать<br>свои затруднения                                                                                                                                                                                                                                     | успешной учебной<br>деятельности.<br>Нравственно-<br>этическая<br>ориентация –<br>проявление<br>доброжелательнос<br>ти |
| 8.           | Прыжок в<br>длину с<br>7- 9 шагов.<br>Метание<br>мяча на<br>дальность. | 4 нед<br>сент |      | Повторение<br>техники прыжка в<br>длину с 7-9 шагов,<br>метания тен-<br>нисного мяча на<br>заданное<br>расстояние. Спе-<br>циальные беговые<br>упражнения.<br>Развитие<br>скоростно-<br>силовых качеств.<br>Ознакомление с<br>правилами сорев-<br>нований по<br>прыжкам. | Прыжок с 7-9<br>шагов разбега.<br>Приземление.<br>Метание малого<br>мяча в<br>вертикальную<br>цель ( <b>1 х 1</b> ) с 5-6<br>м. ОРУ в<br>движении.<br>Специальные<br>беговые<br>упражнения.<br>Подвижная игра<br>«Метко в цель».<br>Развитие<br>скоростно-<br>силовых качеств | Выполняют<br>прыжок в<br>длину с<br>разбега;<br>метаю мяч в<br>мишень и на<br>дальность. | <b>Р:</b> контроль и самоконтроль –<br>различать способ и<br>результат действия; прогнози-<br>рование– предвосхищать<br>результаты.<br><b>П:</b> общеучебные ориентировать<br>ся в разнообразии<br>способов решения задач;<br>самостоятельно создавать ход<br>деятельности при решении про-<br>блем. <b>К:</b> взаимодейст-<br>вие формулировать собствен-<br>ное мнение, слушать собесед-<br>ника; управление коммуника-<br>цией разрешать конфликты на<br>основе учета интере-<br>сов и позиции всех участников | Нравственно-<br>этическая<br>ориентация –<br>навыки<br>сотрудничества в<br>разных ситуациях                            |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                             | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                             | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                             | Планируемые образовательные результаты                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                        |               |      |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                              | Предметные                                                                                                                   | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Личностные                                                                                                                                                                                                             |
| 9.           | Оценка<br>техники<br>выполнения<br>прыжка в<br>длину с<br>разбега.<br>Метание<br>мяча. | 4 нед<br>сент |      | Выполнение<br>прыжка в длину с<br>7-9 шагов на<br>результат.<br>Совершенствован<br>ие метания тен-<br>нисного мяча в<br>горизонтальную<br>цель (1 х 1) с 5-6<br>м. Ознакомление<br>с правилами<br>соревнований в<br>метании. | Прыжок в длину с<br>7-9 шагов разбега.<br>Метание малого<br>мяча в<br>горизонтальную<br>цель (1 х 1) с 5-6<br>м. ОРУ.<br>Специальные<br>беговые<br>упражнения.<br>Развитие<br>скоростно-<br>силовых качеств. | Выполняют<br>прыжок в<br>длину с<br>разбега;<br>метаю т мяч в<br>мишень и на<br>дальность.                                   | <b>Р:</b> <i>целесолагание</i> -<br>преобразовывать практическую<br>задачу в образовательную.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно стро<br>ить сообщения в устной форме.<br><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> -<br>задавать вопросы,<br>формулировать свою позицию                                                                                                   | <i>Самоопределение</i><br>– осознание<br>ответственности<br>за<br>общее благополу-<br>чие,<br>готовность следо-<br>вать нормам<br>здоровье<br>сберегающего<br>поведения                                                |
| 10           | Бег на<br>средние<br>дистанции.<br>Тестирован<br>ие – бег<br>1000 м                    | 4 нед<br>сент |      | Выполняют бег по<br>дистанции.<br>Подвижные игры<br>«Салки». Развитие<br>выносливости.<br>Проведение<br>тестирования по<br>бегу 1000 м                                                                                       | Бег в<br>равномерном<br>темпе. Бег 1000 м.<br>ОРУ. Развитие<br>выносливости.<br>Подвижные игра<br>«Салки»                                                                                                    | Выбирают<br>индивидуальн<br>ый режим<br>физической<br>нагрузки,<br>контролируют<br>ее по частоте<br>сердечных<br>сокращений. | <b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать<br>действия в соответствии<br>с поставленной задачей и<br>условиями ее реализации<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоя-<br>тельно выделять и формули-<br>ровать познавательную цель.<br><b>К:</b> <i>инициативное сотрудни-</i><br><i>чество</i> слушать учителя, вести<br>диалог, строить монологиче-<br>ские высказывания | <i>Самоопределение</i><br>– осознание своей<br>этнической<br>принадлежности.<br><i>Нравственно-</i><br><i>этическая</i><br><i>ориентация</i> –<br>уважительное<br>отношение<br>к истории и культу<br>ре других народов |
| 11           | Бег 1000 м<br>на<br>результат.                                                         | 5 нед<br>сент |      | Выполняют бег<br>1000 м на<br>результат.<br>Мальчики: 5.00;<br>5.30; 6.00.<br>Девочки: 5.30;                                                                                                                                 | Бег в<br>равномерном<br>темпе. Бег 1000 м.<br>ОРУ. Развитие<br>выносливости.<br>Подвижная игра                                                                                                               | Выбирают<br>индивидуаль-<br>ный режим<br>физической<br>нагрузки,<br>контролируют                                             | <b>Р:</b> <i>целесолагание</i> формулироват<br>ь и удерживать учебную<br>задачу; <i>планирование</i> – выби-<br>рать действия в соответствии<br>с поставленной задачей и<br>условиями ее реализации.                                                                                                                                                                       | <i>Смыслообразова-</i><br><i>ние</i> – адекватная<br>мотивация учебно<br>й деятельности.<br><i>Нравственно-</i><br><i>этическая</i>                                                                                    |

| №<br>п/<br>п                        | Тема урока                                                                                                                        | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     |                                                                                                                                   |               |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Предметные                                                                                                                                                                                             | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Личностные                                                                                                                                                              |
|                                     |                                                                                                                                   |               |      | 6.00; 6.20.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | «Салки маршем»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ее по частоте<br>сердечных<br>сокращений.                                                                                                                                                              | <b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать о<br>бщие приемы решения постав-<br>ленных задач; определять и<br>кратко характеризовать<br>физическую культуру как за-<br>нятия физическими упражне-<br>ниями, подвижными и спортив-<br>ными играми. <b>К:</b> <i>инициативное<br/>сотрудничество</i> – ставить воп-<br>росы, обращаться за помощью | <i>ориентация</i> –<br>умение избегать<br>конфликтов и<br>находить выходы<br>из спорных<br>ситуаций                                                                     |
| <b>Знания о физической культуре</b> |                                                                                                                                   |               |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                         |
| 12                                  | История<br>физической<br>культуры.<br>ИОТ при<br>проведении<br>занятий по<br>баскетболу.<br>Стойка и<br>передвижен<br>ия игровых. | 5 нед<br>сент |      | Ознакомиться с<br>историей физи-<br>ческой культуры,<br>историческими<br>сведениями о<br>древних Олим-<br>пийских играх и<br>особенностях их<br>проведения, ви-<br>дами состязаний и<br>правилами прове-<br>дения древних<br>Олимпийских игр,<br>известными<br>участниками и<br>победителями в<br>древних Олим-<br>пийских играх,<br>правилами ТБ при | Мифы и легенды<br>о зарождении<br>Олимпийских игр<br>в древности.<br>Исторические<br>сведения о древ-<br>них Олимпийских<br>играх и особен-<br>ностях их прове-<br>дения. Виды<br>состязаний и<br>правила прове-<br>дения древних<br>Олимпийских игр.<br>Известные участ-<br>ники и победи-<br>тели в древних<br>Олимпийских<br>играх. Правила ТБ | Овладение<br>умениями<br>организовать<br>здоровьесбере-<br>гающую<br>жизнедеятель-<br>ность (режим<br>дня, утренняя<br>зарядка,<br>оздоровитель-<br>ные меропр-<br>ия, подвиж-<br>ные игры и<br>т.д.); | <b>Р:</b> <i>целеполагание</i> -<br>преобразовывать практическую<br>задачу в образовательную.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно стро-<br>ить сообщения в устной форме.<br><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> -<br>задавать вопросы,<br>формулировать свою позицию                                                                      | <i>Самоопределение</i><br>– осознание<br>ответственности<br>за<br>общее благополу-<br>чие,<br>готовность следо-<br>вать нормам<br>здоровье<br>сберегающего<br>поведения |

| №<br>п/<br>п                                | Тема урока                                                                                                   | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                  | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                   | Планируемые образовательные результаты                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                             |                                                                                                              |               |      |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                    | Предметные                                                                                                               | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Личностные                                                                                                                                                                           |
|                                             |                                                                                                              |               |      | игре в баскетбол.                                                                                                                                                                                                 | при игре в б/б.                                                                                                                                    |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                      |
| <b>Спортивные игры. Баскетбол (8 часов)</b> |                                                                                                              |               |      |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                    |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                      |
| 13                                          | Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Тестирование – прыжок в длину с места. | 5 нед<br>сент |      | Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу. Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Правила игры в баскетбол. | Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Терминология баскетбола | Изучают историю баскетбола. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Соблюдают правила безопасности.              | <b>Р:</b> <i>планирование</i> : выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> : узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала.<br><b>К:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций в совместной деятельности | Самоопределение – готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения                                                                                                       |
| 14                                          | Ведение и передача мяча двумя руками от груди в движении. Игра по упрощенным правилам.                       | 1 нед<br>окт  |      | Повторение стойки и передвижений игрока, ведения мяча на месте с разной высотой отскока, остановки прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-                                       | Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол.       | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | <b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> -использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> -ориентироваться в разнообразии способов решения задач.<br><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для                             | <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению. <i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                                     | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                                                           | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                                                                      | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                    |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                                |              |      |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                       | Предметные                                                                                                                                             | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Личностные                                                                         |
|              |                                                                                                                |              |      | баскетбол.                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                        | решения коммуникативных и познавательных задач.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | здоровый образ жизни                                                               |
| 15           | Оценка техники стойки и передвижений игрока. Бросок двумя руками от головы с места.                            | 1 нед<br>окт |      | Оценка техники стойки и передвижений игрока. Игра в мини-баскетбол. Бросок двумя руками от головы с места. Развитие координационных способностей.                                                                                                          | Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Бросок двумя руками от головы с места. Игра в мини-баскетбол.                                                                                                        | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя ошибки.                                        | <b>Р:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность                                                                                                          | <i>Самоопределение</i> – готовность и способность к саморазвитию                   |
| 16           | Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игра 2х2.<br><br>Тестирование - поднимание туловища за 30 сек. | 1 нед<br>окт |      | Повторение стойки и передвижений игрока, остановки прыжком, сочетания приемов ведения, передачи, броска, правил игры в баскетбол. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Освоить технику ведения мяча. | <b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи.<br><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию | <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях |
| 17           | Ловля мяча                                                                                                     | 2 нед        |      | Повторение стойки                                                                                                                                                                                                                                          | Стойка и                                                                                                                                                                                                                                                              | Уметь                                                                                                                                                  | <b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> –                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <i>Самоопределение</i>                                                             |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                                  | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                                                                 | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                                                       | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                    |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                             |              |      |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                        | Предметные                                                                                                                                                 | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Личностные                                                                                                                                                                         |
|              | двумя<br>руками от<br>груди на<br>месте в<br>парах с<br>шагом.<br>Тестирован<br>ие – наклон<br>вперед, стоя | окт          |      | и передвижений<br>игрока, ведения<br>мяча на месте<br>правой (левой)<br>рукой. Остановка<br>прыжком. Ловля<br>мяча двумя рука-<br>ми от груди на<br>месте в парах с<br>шагом., правил<br>игры в баскетбол.<br>Проведение<br>тестирования                         | передвижения<br>игрока. Ведение<br>мяча на месте<br>правой (левой)<br>рукой. Остановка<br>прыжком. Ловля<br>мяча двумя<br>руками от груди<br>на месте в парах с<br>шагом. Игра в<br>мини-баскетбол.<br>Правила<br>соревнований.                        | выполнять<br>различные<br>варианты<br>ведения мяча.                                                                                                        | различать способ и результат<br>действия; <i>прогнозирование</i> –<br>предвосхищать результаты.<br>П: <i>обще учебные</i> – ориентиро-<br>ваться в разнообразии способов<br>решения задач; самостоятельно<br>создавать ход деятельности при<br>решении проблем.<br>К: <i>взаимодействие</i> – форму-<br>лировать собственное мнение,<br>слушать собеседника;<br>разрешать конфликты на основе<br>учета интересов участников | самостоятельность<br>и личная<br>ответственность за<br>свои поступки.<br><i>Смыслообразова-<br/>ние</i> : самооценка на<br>основе критериев<br>успешности учебн<br>ой деятельности |
| 18           | Остановка<br>двумя<br>шагами.<br>Бросок<br>двумя<br>руками от<br>головы<br>после ловли<br>мяча.             | 2 нед<br>окт |      | Повторение стоек<br>и передвижений<br>игрока, ведения<br>мяча в движении<br>шагом. Остановка<br>двумя шагами.<br>Ловля мяча двумя<br>руками от груди<br>на месте в круге.<br>Бросок двумя<br>руками от головы<br>после ловли мяча.<br>Игра в мини-<br>баскетбол. | Стойка и<br>передвижения<br>игрока. Ведение<br>мяча в движении<br>шагом. Остановка<br>двумя шагами.<br>Ловля мяча двумя<br>руками от груди<br>на месте в круге.<br>Бросок двумя<br>руками от головы<br>после ловли мяча.<br>Игра в мини-<br>баскетбол. | Описывают<br>технику<br>изучаемых<br>игровых<br>приемов и<br>действий,<br>осваивают их<br>самостоятель<br>но, выявляя и<br>устраняя<br>типичные<br>ошибки. | <b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулируют<br>и удерживать учебную задачу.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать о<br>бщие приемы решения задач.<br><b>К:</b> <i>инициативное<br/>сотрудничество</i><br>ставить вопросы и обращаться<br>за помощью                                                                                                                                                                   | <i>Смыслообразовани<br/>е</i> – адекватная<br>мотивация учебно<br>й деятельности<br>(социальная, учебн<br>о-познавательная,<br>внешняя)                                            |
| 19           | Оценка тех-<br>ники веде-                                                                                   | 2 нед<br>окт |      | Оценка техники<br>ведения мяча на                                                                                                                                                                                                                                | Ведение мяча в<br>движении шагом.                                                                                                                                                                                                                      | Описывают<br>технику                                                                                                                                       | <b>Р:</b> <i>целеполагание</i> –<br>удерживать познавательную зад                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <i>Нравственно-<br/>этическая</i>                                                                                                                                                  |

| №<br>п/<br>п                        | Тема урока                                                                                       | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                     | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                               |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     |                                                                                                  |              |      |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                 | Предметные                                                                                                                                                 | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Личностные                                                                                                                                    |
|                                     | ния мяча на<br>месте. Игра<br>в мини-<br>баскетбол.                                              |              |      | месте. Остановка<br>двумя шагами.<br>Ловля мяча двумя<br>руками от груди<br>на месте в круге.<br>Бросок двумя<br>руками от головы<br>после ловли мяча.<br>Игра в мини-<br>баскетбол. | Остановка двумя<br>шагами. Ловля<br>мяча двумя рука-<br>ми от груди на<br>месте в круге.<br>Бросок двумя<br>руками от головы<br>после ловли мяча.<br>Игра в мини-<br>баскетбол. | изучаемых<br>игровых<br>приемов и<br>действий,<br>осваивают их<br>самостоятель<br>но, выявляя и<br>устраняя<br>типичные<br>ошибки.                         | ачу и<br>применять установленные пра<br>вила.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> контролировать<br>и оценивать процесс и<br>результат деятельности.<br><b>К:</b> <i>управление коммуникацией</i> –<br>осуществлять взаимный<br>контроль                                                                                                                                                                                                         | <i>ориентация</i> –<br>умение не<br>создавать<br>конфликтов и<br>находить выходы<br>из спорных<br>ситуаций                                    |
| 20                                  | Ведение<br>мяча с<br>изменением<br>скорости.<br>Бросок<br>двумя рука-<br>ми снизу в<br>движении. | 3 нед<br>окт |      | Повторить<br>ведение мяча с<br>изменением<br>скорости. Бросок<br>двумя руками<br>снизу в движении.                                                                                   | Ведение мяча с<br>изменением<br>скорости. Ловля<br>мяча двумя ру-<br>ками от груди в<br>квадрате. Бросок<br>двумя руками<br>снизу в движении.<br>Игра в мини-<br>баскетбол      | Описывают<br>технику<br>изучаемых<br>игровых<br>приемов и<br>действий,<br>осваивают их<br>самостоятель<br>но, выявляя и<br>устраняя<br>типичные<br>ошибки. | <b>Р:</b> <i>коррекция</i> – вносить<br>коррективы в выполнение<br>правильных действий<br>упражнений; сличать способ<br>действия с заданным эталоном.<br><b>П:</b> <i>обще учебные</i> – ставить и<br>формулировать проблемы;<br>выбирать наиболее эффектив-<br>ные способы решения задач.<br><b>К:</b> <i>инициативное сотрудо-<br/>ничество</i> – обращаться за<br>помощью; строить<br>монологическое высказывание,<br>вести устный диалог | <i>Смыслообразовани</i><br><i>е</i> – адекватная<br>мотивация учебно<br>й деятельности<br>(социальная, учебн<br>о-познавательная,<br>внешняя) |
| <b>Знания о физической культуре</b> |                                                                                                  |              |      |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                               |
| 21                                  | Физическое<br>развитие че-<br>ловека.<br>Основные                                                | 3 нед<br>окт |      | Ознакомить с<br>основными<br>показателями<br>физического                                                                                                                             | Осанка как<br>показатель<br>физического<br>развития;                                                                                                                            | Овладение<br>умениями<br>организовать<br>здоровьесбере                                                                                                     | <b>Р:</b> <i>целесолагание-</i><br>преобразовывать практическую<br>задачу в образовательную.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно стро                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <i>Самоопределение</i><br>– осознание<br>ответственности<br>за                                                                                |

| №<br>п/<br>п                                | Тема урока                                                                                | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                            | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                          | Планируемые образовательные результаты                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                             |                                                                                           |              |      |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                           | Предметные                                                                                                                   | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                     | Личностные                                                                                                                               |
|                                             | показатели<br>физическог<br>о развития.                                                   |              |      | развития.                                                                                                                                                                                                   | основные ее<br>характеристики и<br>параметры<br>(положение<br>головы и тела,<br>форма спины и<br>стопы); основные<br>факторы,<br>влияющие на<br>форму осанки                              | гающую<br>жизнедеятель<br>ность (режим<br>дня, утренняя<br>зарядка, оздо<br>ровительные<br>мероприятия,<br>подвижные<br>игры | ить сообщения в устной форме.<br><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> -<br>задавать вопросы,<br>формулировать свою позицию                                                                                                  | общее благополу<br>чие,<br>готовность следо<br>вать нормам<br>здоровье<br>сберегающего<br>поведения                                      |
| <b>Спортивные игры. Волейбол. (6 часов)</b> |                                                                                           |              |      |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                          |
| 22                                          | ИОТ при<br>проведении<br>занятий по<br>волейболу.<br>Стойки и<br>передвижен<br>ия игрока. | 3 нед<br>окт |      | Ознакомить со<br>стойками и<br>передвижениями<br>игроки, передачей<br>мяча сверху<br>двумя руками в<br>парах и над собой,<br>техникой<br>безопасности по<br>волейболу. Играть<br>по упрощенным<br>правилам. | Стойка игрока.<br>Передвижения в<br>стойке. Передача<br>мяча двумя<br>руками сверху<br>вперед. Эстафета<br>с элементами<br>волейбола.<br>Техника безо<br>пасности при игре<br>в волейбол. | Изучают<br>историю<br>волейбола.<br>Овладевают<br>основными<br>приемами<br>игры в<br>волейбол.                               | Р.: уважительно относиться к<br>партнеру.<br>П.: моделировать технику<br>игровых действий и приемов.<br>К.: взаимодействовать со<br>сверстниками в процессе<br>совместного освоения<br>технических действий<br>волейбола. | Организовывать<br>совместные<br>занятия<br>волейболом со<br>сверстниками.<br>Определять<br>уровень<br>скоростно-силовой<br>выносливости. |
| 23                                          | Передача<br>мяча двумя<br>руками<br>сверху<br>вперед.                                     | 4 нед<br>окт |      | Повторить<br>стойки и<br>передвижения<br>игрока, передачи<br>мяча двумя<br>руками сверху<br>вперед. Под-                                                                                                    | Передвижения в<br>стойке. Передача<br>мяча двумя<br>руками сверху<br>вперед. Под<br>вижная игра<br>«Пасовка                                                                               | Описывают<br>технику<br>изучаемых<br>игровых<br>приемов и<br>действий,<br>осваивают их                                       | Р.: уважительно относиться к<br>сопернику и управлять своими<br>эмоциями. П.: моделировать<br>технику игровых действий и<br>приемов, варьировать ее в<br>зависимости от ситуаций и<br>условий, возникающих в              | <i>Нравственно-<br/>этическая<br/>ориентация</i> –<br>навыки<br>сотрудничества в<br>разных ситуациях,<br>умение не созда-                |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                                   | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                                          | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                               | Планируемые образовательные результаты                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                            |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                              |              |      |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                | Предметные                                                                                                        | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Личностные                                                                                                 |
|              |                                                                                                              |              |      | вижная игра<br>«Пасовка<br>волейболистов»                                                                                                                                                                                                 | волейболистов»                                                                                                                                                                                 | самостоятель<br>но                                                                                                | процессе игрой деятельности.<br>К.: взаимодействовать со свер-<br>стниками в процессе совмест-<br>ного освоения технических<br>действий волейбола.                                                                                                                                                                                                       | вать конфликтных<br>ситуаций и нахо-<br>дить выходы                                                        |
| 24           | Передачи<br>мяча сверху<br>двумя<br>руками.                                                                  | 4 нед<br>окт |      | Повторить<br>передачи мяча<br>двумя руками<br>сверху над собой<br>и вперед.<br>Провести<br>встречные<br>эстафеты.                                                                                                                         | Передача мяча<br>двумя руками<br>сверху над собой<br>и вперед.<br>Встречные<br>эстафеты.                                                                                                       | Уметь<br>демонстриро-<br>вать технику<br>приема и<br>передачи<br>мяча                                             | Р.: использовать игру волейбол<br>в организации активного<br>отдыха.<br>П.: моделировать технику<br>игровых действий и приемов,<br>варьировать ее в зависимости<br>от ситуаций и условий.<br>К.: взаимодействовать со<br>сверстниками в процессе<br>совместного освоения<br>технических действий<br>волейбола.                                           | <i>Смыслообразова-<br/>ние</i> –<br>самооценка на-<br>основе критериев<br>успешной учебной<br>деятельности |
| 25           | Передача<br>мяча сверху<br>двумя<br>руками в<br>парах и<br>тройках че-<br>рез зону,<br>через сетку.<br>Игра. | 4 нед<br>окт |      | Совершенство-<br>вать передачи мя-<br>ча сверху двумя<br>руками в парах и<br>тройках через<br>зону, через сетку,<br>прием мяча снизу<br>двумя руками в<br>парах через зону и<br>через сетку,<br>нижнюю прямую<br>подачу мяча.<br>Провести | Стойка игрока.<br>Передвижения в<br>стойке. Передача<br>мяча двумя<br>руками сверху над<br>собой и вперед.<br>Встречные<br>эстафеты.<br>Подвижная игра с<br>элементами<br>в/б «Летучий<br>мяч» | Осуществлять<br>судейство<br>игры.<br>Демонстриро-<br>вать технику<br>передачи<br>мяча двумя<br>руками<br>сверху. | Р: оценка –устанавливать<br>соответствие полученного<br>результата поставленной<br>цели.<br>П: общеучебные –<br>самостоятельно выделять и<br>формулировать познавательную<br>цель; осознанно и произвольно<br>строить сообщения в устной и<br>письменной форме.<br>К: планирование учебное<br>сотрудничества – задавать<br>вопросы, строить высказывание | Развитие мотивов<br>учебной<br>деятельности и<br>формирование<br>личностного<br>смысла учения              |

| №<br>п/<br>п                 | Тема урока                                                                      | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                               | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                                 | Планируемые образовательные результаты                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                              |                                                                                 |               |      |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                  | Предметные                                                                                                     | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Личностные                                                                                                                                                                       |
|                              |                                                                                 |               |      | эстафеты.                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |
| 26                           | Прием мяча<br>снизу двумя<br>руками в<br>парах в зоне<br>и через<br>зону. Игра. | 5 нед<br>окт  |      | Совершенство-<br>вать<br>прием мяча снизу<br>двумя руками в<br>парах в зоне и<br>через зону,<br>Провести<br>эстафеты, игру по<br>упрощенным<br>правилам.                                                                       | Стойка игрока.<br>Передвижения в<br>стойке. Передача<br>мяча двумя рука-<br>ми сверху на мес-<br>те и после перед-<br>ачи вперед.<br>Встречные и ли-<br>нейные эстафеты.<br>Подвижная игра с<br>элементами в/б<br>«Летучий мяч». | Описывать<br>технику<br>игровых<br>действий и<br>приемов<br>волейбола.                                         | <b>Р:</b> <i>коррекция</i> – вносить<br>необходимые дополнения<br>и изменения в план действий.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно и<br>произвольно строить<br>сообщения в устной форме.<br><b>К:</b> <i>планирование учебного<br/>сотрудничества</i> -<br>определять общую<br>цель и пути ее достижения                                           | <i>Самоопределение</i><br>– готовность и<br>способность<br>обучающихся само<br>развитию                                                                                          |
| 27                           | Нижняя<br>прямая<br>подача<br>мяча. Игра<br>по<br>упрощен-<br>ным<br>правилам.  | 5 нед<br>окт  |      | Повторить<br>передачи мяча<br>сверху двумя<br>руками в парах,<br>тройках через<br>зону и в зоне,<br>через сетку.<br>Разучить ниж-<br>нюю прямую по-<br>дачу мяча. Про-<br>вести эстафеты,<br>игру по упрощен-<br>ным правилам. | Стойка игрока.<br>Передвижения в<br>стойке. Передача<br>мяча двумя<br>руками сверху на<br>месте и после<br>передачи вперед.<br>Встречные и<br>линейные<br>эстафеты с<br>передачами мяча.<br>Подвижные игры<br>с элементами в/б.  | Описывают<br>технику<br>изучаемых<br>игровых<br>приемов и<br>действий,<br>осваивают их<br>самостоятель-<br>но. | <b>Р:</b> <i>прогнозирование</i> предвидеть<br>возможности получения<br>конкретного<br>результата при решении<br>задачи.<br><b>П:</b> <i>информационные</i> –<br>получать и обрабатывать<br>информацию; <i>общеучебные</i><br>– ставить и<br>формулировать проблемы.<br><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> –<br>формулировать собственное<br>мнение и позицию | <i>Нравственно-<br/>этическая<br/>ориентация</i> –<br>навыки<br>сотрудничества в<br>разных ситуациях,<br>умение не создава-<br>ть конфликтных<br>ситуаций и находи-<br>ть выходы |
| <b>Гимнастика (18 часов)</b> |                                                                                 |               |      |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |
| 28                           | ИОТ при<br>проведении                                                           | 2 нед<br>нояб |      | Разучить вис<br>согнувшись, вис                                                                                                                                                                                                | Перестроение из<br>колонны по одно-                                                                                                                                                                                              | Соблюдают<br>Т.Б. Изучают                                                                                      | <b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовыв-<br>ать практическую задачу в обра                                                                                                                                                                                                                                                                             | <i>Самоопределение</i><br>– начальные                                                                                                                                            |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                 | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                               | Планируемые образовательные результаты                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                             |
|--------------|------------------------------------------------------------|---------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
|              |                                                            |               |      |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                | Предметные                                                                       | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                              | Личностные                                                  |
|              | занятий по гимнастике. Висы. Строевые упражнения .         |               |      | прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте.                              | му в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Инструктаж по ТБ. | историю гимнастики. Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. | зовательную.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме.<br><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения                                                                                                        | навыки адаптации и изменения ситуации поставленных задач    |
| 29           | Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). | 2 нед<br>нояб |      | Повторить, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте без предметов. | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра «Светофор»          | Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.                     | <b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы.<br><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания | <i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика» |
| 30           | Строевые упражнения .                                      | 2 нед<br>нояб |      | Повторить строевые упражнения.                                                                                                                                  | Перестроение из колонны по одному в колонну                                                                                                                                                                    | Различают строевые команды,                                                      | <b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контро                                                                                                                                                                                                | <i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего          |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                           | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)     | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                               | Планируемые образовательные результаты                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                            |
|--------------|------------------------------------------------------|---------------|------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
|              |                                                      |               |      |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                | Предметные                                                                                                                                        | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                              | Личностные                                                 |
|              | Подтягивания в висе.                                 |               |      | Провести учет подтягивания в висе.                   | по четыре дроблением и сведением. ОРУ в движении. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра «Фигуры». Эстафета «Веревочка под ногами».                                    | чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).                             | ль по результату.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы.<br><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания                                                                                    | ученика»                                                   |
| 31           | Вис лежа, вис присев. Развитие силовых способностей. | 3 нед<br>нояб |      | Повторить строевые упражнения, вис лежа, вис присев. | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ в движении. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра «Фигуры». Эстафета «Веревочка под | Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). | <b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы.<br><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания | Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                         | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                   | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                   |
|--------------|--------------------------------------------------------------------|---------------|------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                    |               |      |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                 | Предметные                                                                                                                                              | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Личностные                                                                                                                        |
|              |                                                                    |               |      |                                                                    | ногами».                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                   |
| 32           | Выполнение комбинации из разученных элементов. Строевые упражнения | 3 нед<br>нояб |      | Выполнение комбинации из разученных элементов. Строевые упражнения | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра «Прыжок за прыжком». | Повторяют сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).                                                                                               | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения                                                    |
| 33           | Оценка техники выполнения висов. Подтягивания в висе.              | 3 нед<br>нояб |      | Оценка техники выполнения висов. Подтягивания в висе.              | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Развитие силовых способностей       | Уметь демонстрировать технику выполнения упражнений. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания | 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 |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                     | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                           | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                   | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                      |
|--------------|----------------------------------------------------------------|---------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                |               |      |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                    | Предметные                                                                                                                                                | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Личностные                                                                                                                                                                                           |
|              |                                                                |               |      |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                    | в vise.                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                      |
| 34           | Опорный прыжок. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись.       | 4 нед<br>нояб |      | Разучить: прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ в движении.                                           | Перестроение из колонны по два в колонну по одному с разведением и слиянием по во-семь человек в движении. ОРУ с гимнастическими палками. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. | Выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах |
| 35           | Строевые упражнения . Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. | 4 нед<br>нояб |      | Повторить прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). Провести эстафеты, упражнения на гимнастической скамейке. | Подвижная игра «Удочка». Развитие силовых способностей Подвижная игра «Прыжки по полоскам».                                                                                        | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основ-  | 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                                          | Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки                                                                     |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                         | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                            | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                                                                    | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------|--------------------------------------------------------------------|---------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                    |               |      |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                     | Предметные                                                                                                                                                                          | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Личностные                                                                                                                                                                                                                                     |
|              |                                                                    |               |      |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                     | ных систем<br>организма.                                                                                                                                                            | своё мнение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                |
| 36           | Прыжок<br>ноги врозь.<br>Строевые<br>упражнения<br>.               | 4 нед<br>нояб |      | Повторить<br>прыжок ноги<br>врозь.<br>Выполнение<br>комплекса с<br>гимнастическими<br>палками. Раз-<br>витие скоростно-<br>силовых<br>способностей.                                         | Перестроение из<br>колонны по два и<br>колонну по<br>одному с<br>разведением и<br>слиянием по во-<br>семь человек в<br>движении, ОРУ с<br>гимнастическими<br>палками. Прыжок<br>ноги врозь. Под-<br>вижная игра «Кто<br>обгонит?». Развитие силовых<br>способностей | Овладение<br>умениями<br>организовать<br>здоровьесбере-<br>гающую<br>жизнедеятель-<br>ность (режим<br>дня, утренняя<br>зарядка)                                                     | Р. - овладение способностью<br>принимать и сохранять цели и<br>задачи учебной деятельности,<br>поиска средств ее<br>осуществления; П. - овладение<br>базовыми предметными и<br>межпредметными понятиями,<br>отражающими существенные<br>связи и отношения между<br>объектами и процессами. К. -<br>осуществлять взаимный<br>контроль в совместной<br>деятельности, адекватно<br>оценивать собственное<br>поведение. | Развитие мотивов<br>учебной<br>деятельности и<br>формирование<br>личностного<br>смысла учения;<br>- развитие<br>самостоятельности<br>и личной<br>ответственности за<br>свои поступки на<br>основе<br>представлений о<br>нравственных<br>нормах |
| 37           | Прыжок<br>ноги врозь.<br>Развитие<br>силовых<br>способностей<br>й. | 5 нед<br>нояб |      | Повторить<br>прыжок ноги<br>врозь,<br>перестроение из<br>колонны по<br>четыре в колонну<br>по одному с<br>разведением и<br>слиянием по<br>восемь человек в<br>движении. Развитие скоростно- | Перестроение из<br>колонны по<br>четыре в колонну<br>по одному с<br>разведением и<br>слиянием по<br>восемь человек в<br>движении. ОРУ с<br>мячами. Прыжок<br>ноги врозь.<br>Подвижная игра<br>«Прыгуны и                                                            | Расширение<br>двигательного<br>опыта за счет<br>упражнений,<br>ориентирован-<br>ных на разви-<br>тие основных<br>физических<br>качеств,<br>повышение<br>функциональ-<br>ных возмож- | Р. - формирование умения<br>планировать, контролировать и<br>оценивать учебные действия в<br>соответствии с поставленной<br>задачей и условиями ее<br>реализации; П.- владение<br>основами самоконтроля,<br>самооценки, принятия решений<br>и осуществления осознанного<br>выбора в учебной и<br>познавательной деятельности;<br>К.- умение формулировать,                                                          | Формирование<br>установки на<br>безопасный,<br>здоровый образ<br>жизни; развитие<br>самостоятельности<br>и личной<br>ответственности за<br>свои поступки                                                                                       |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                        | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                            | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                      | Планируемые образовательные результаты                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                      |
|--------------|---------------------------------------------------|---------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                   |               |      |                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                       | Предметные                                                                                          | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Личностные                                                                                                                                                                                           |
|              |                                                   |               |      | силовых<br>способностей                                                                                                                     | пятнашки». Развитие силовых<br>способностей                                                                                                                                                           | ностей основ-<br>ных систем<br>организма.                                                           | аргументировать и отстаивать<br>своё мнение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                      |
| 38           | Опорный прыжок.<br>Развитие силовых способностей. | 5 нед<br>нояб |      | Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнений на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей | Перестроение из колонны по четыре в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с мячами. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Удочка». Развитие силовых способностей. | 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 |
| 39           | Опорный прыжок. Перестроения.                     | 1 нед<br>дек  |      | Оценить выполнение техники прыжка ноги врозь                                                                                                | Перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с мячами. Прыжок                                                            | Уметь демонстрировать выполнение прыжка ноги врозь, выполнение комплекса ОРУ с обручем.             | Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и                                                                                                        | Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки                                                                     |

| №<br>п/<br>п                    | Тема урока                                                               | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                 | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                               |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                 |                                                                          |              |      |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                 | Предметные                                                                                                                                             | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Личностные                                                                                    |
|                                 |                                                                          |              |      |                                                                                                                                  | ноги врозь.<br>Подвижная игра<br>«Кто обгонит?».<br>Развитие силовых<br>способностей.                                                                           |                                                                                                                                                        | познавательной деятельности;<br>К.- умение формулировать,<br>аргументировать и отстаивать<br>своё мнение                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                               |
| Акробатика. Лазание. (6 часов). |                                                                          |              |      |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                               |
| 40                              | Акробатика.<br>Кувырок<br>вперед.                                        | 2 нед<br>дек |      | Повторить<br>кувырки вперед,<br>строевой шаг,<br>повороты на<br>месте.                                                           | Строевой шаг.<br>Повороты на<br>месте. Кувырок<br>вперед. Эстафеты.<br>ОРУ в движении.<br>Развитие<br>координационных<br>способностей.                          | Описывают<br>технику<br>акробатиче-<br>ских<br>упражнений.<br>Составляют<br>акробатиче-<br>ские<br>комбинации<br>из числа<br>разученных<br>упражнений. | Р. - овладение способностью<br>принимать и сохранять цели и<br>задачи учебной деятельности,<br>поиска средств ее<br>осуществления; П. -овладение<br>базовыми предметными и<br>межпредметными понятиями,<br>отражающими существенные<br>связи и отношения между<br>объектами и процессами. К. -<br>осуществлять взаимный конт-<br>роль в совместной деятель-<br>ности, адекватно оценивать<br>собственное поведение. | Смыслообразован<br>ие– самооценка на<br>основе критериев<br>успешной учебной<br>деятельности. |
| 41                              | Кувырок<br>вперед.<br>Развитие<br>координаци<br>онных спо-<br>собностей. | 2 нед<br>дек |      | Совершенство-<br>вать кувырок<br>вперед. Лазание<br>по канату в три<br>приема.<br>Развитие коорди-<br>национных<br>способностей. | Строевой шаг.<br>Повороты на<br>месте. Кувырок<br>вперед.<br>Подвижная игра<br>«Два лагеря».<br>ОРУ в движении.<br>Развитие<br>координационных<br>способностей. | Описывают<br>технику<br>акробатическ<br>их<br>упражнений.<br>Составляют<br>акробатиче-<br>ские<br>комбинации<br>из числа                               | Р.- формирование умения<br>планировать, контролировать и<br>оценивать учебные действия в<br>соответствии с поставленной<br>задачей и условиями ее<br>реализации; П.- определять<br>наиболее эффективные способы<br>достижения результата; К.-<br>осуществлять взаимный<br>контроль в совместной                                                                                                                     | Самоопределение<br>– готовность и<br>способность<br>обучающихся к<br>саморазвитию             |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                            | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                       | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                              | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                  |
|--------------|-------------------------------------------------------|--------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                       |              |      |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                               | Предметные                                                                                                                                                                                                                    | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Личностные                                                                                                                                       |
|              |                                                       |              |      |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                               | разученных<br>упражнений                                                                                                                                                                                                      | деятельности,<br>оценивать<br>поведение<br>и<br>поведение<br>окружающих                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                  |
| 42           | Кувырки<br>вперед и<br>назад.                         | 2 нед<br>дек |      | Совершенство-<br>вать кувырок<br>вперед и назад.<br>Лазание по канату<br>в три приема.                                                 | Строевой шаг.<br>Повороты на<br>месте. Кувырки<br>вперед и назад.<br>ОРУ в движении.<br>Подвижная игра<br>«Смена<br>капитана».<br>Развитие<br>координационных<br>способностей | Расширение<br>двигательного<br>опыта за счет<br>упражнений,<br>ориентирован<br>ных на разви-<br>тие основных<br>физических<br>качеств,<br>повышение<br>функциональ<br>ных<br>возможностей<br>основных<br>систем<br>организма. | Р. - овладение способностью<br>принимать и сохранять цели и<br>задачи учебной деятельности,<br>поиска средств ее<br>осуществления; П. -овладение<br>базовыми предметными и<br>межпредметными понятиями,<br>отражающими существенные<br>связи и отношения между<br>объектами и процессами. К. -<br>осуществлять взаимный<br>контроль в совместной<br>деятельности, адекватно<br>оценивать собственное<br>поведение. | Смыслообразован<br>ие– самооценка на<br>основе критериев<br>успешной учебной<br>деятельности.                                                    |
| 43           | Стойка на<br>лопатках.<br>ОРУ с<br>набивным<br>мячом. | 3 нед<br>дек |      | Научиться<br>составлять<br>комбинацию из<br>разученных<br>приемов.<br>Комбинация ОРУ<br>с мячом. Лазание<br>по канату в два<br>приема. | Строевой шаг.<br>Повороты в<br>движении. Кувыр-<br>ки вперед и назад.<br>Подвижная игра<br>«Бездомный<br>заяц». ОРУ с<br>набивным мячом.<br>Развитие                          | Формирова-<br>ние умений<br>выполнять<br>комплексы<br>общеразвива<br>ющих,<br>оздоровитель<br>ных и<br>корректирую-                                                                                                           | Р.- формирование умения<br>планировать, контролировать и<br>оценивать учебные действия в<br>соответствии с поставленной<br>задачей и условиями ее<br>реализации; П.- определять<br>наиболее эффективные способы<br>достижения результата; К.-<br>осуществлять взаимный                                                                                                                                             | Развитие навыков<br>сотрудничества со<br>взрослыми и<br>сверстниками,<br>умения не<br>создавать<br>конфликтов и<br>находить выходы<br>из спорных |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                   | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                          | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                         | Планируемые образовательные результаты                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                              |              |      |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                          | Предметные                                                                                                                                   | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Личностные                                                                                     |
|              |                                                                              |              |      | Развитие<br>координационных<br>способностей.                                                                                              | координационных<br>способностей                                                                                                                                                                          | щих упраж-<br>нений,<br>учитывающих<br>индивидуаль-<br>ные способ-<br>ности и<br>особенности,<br>состояния<br>здоровья                       | контроль в совместной<br>деятельности, адекватно<br>оценивать собственное<br>поведение и поведение<br>окружающих                                                                                                                                                                                                                                                              | ситуаций                                                                                       |
| 44           | Стойка на<br>лопатках.<br>Кувырки<br>вперед и<br>назад.                      | 3 нед<br>дек |      | Выполнение<br>комбинации из<br>разученных<br>элементов.<br>Выполнение<br>комбинации ОРУ<br>с мячом. Лазание<br>по канату в два<br>приема. | Строевой шаг.<br>Повороты в<br>движении. Кувыр-<br>ки вперед и назад.<br>Стойка на<br>лопатках. Под-<br>вижная игра<br>«Челнок». ОРУ с<br>набивным мячом.<br>Развитие<br>координационных<br>способностей | Формирова-<br>ние умений<br>выполнять<br>комплексы<br>общеразвива-<br>ющих,<br>оздоровитель-<br>ных и<br>корректирую-<br>щих упраж-<br>нений | Р.-формирование умения<br>понимать причины успеха/не-<br>успеха учебной деятельности и<br>способности конструктивно<br>действовать даже в ситуациях<br>неуспеха; П. - овладение базо-<br>выми предметными и межпред-<br>метными понятиями, отражаю-<br>щими связи между объектами и<br>процессами, К.- умение<br>формулировать, аргументиро-<br>вать и отстаивать своё мнение | Формирование<br>эстетических<br>потребностей,<br>ценностей и<br>чувств                         |
| 45           | Оценка тех-<br>ники выпол-<br>нения ку-<br>вырков,<br>стойки па<br>лопатках. | 3 нед<br>дек |      | Оценка техники<br>выполнения<br>кувырков, стойки<br>па лопатках.                                                                          | Строевой шаг.<br>Повороты в<br>движении. Кувыр-<br>ки вперед и назад.<br>Стойка на<br>лопатках. Эста-<br>феты с обручем.<br>ОРУ в движении.                                                              | Расширение<br>двигательного<br>опыта за счет<br>упражнений,<br>ориентирован-<br>ных на разви-<br>тие основных<br>физических<br>качеств,      | Р. - овладение способностью<br>принимать и сохранять цели и<br>задачи учебной деятельности,<br>поиска средств ее<br>осуществления; П. -овладение<br>базовыми предметными и<br>межпредметными понятиями,<br>отражающими существенные<br>связи и отношения между                                                                                                                | Смыслообразован-<br>ие– самооценка на<br>основе критериев<br>успешной учебной<br>деятельности. |

| №<br>п/<br>п              | Тема урока                                                                 | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                           | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                             | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                         |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                           |                                                                            |              |      |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                              | Предметные                                                                                                                                            | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                        | Личностные                                                                                                                                              |
|                           |                                                                            |              |      |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                              | повышение функциональных возможностей основных систем организма.                                                                                      | объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                         |
| <b>Баскетбол (3 часа)</b> |                                                                            |              |      |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                         |
| 46                        | Баскетбол. Сочетание приемов: ведения, передач и бросков снизу в движении. | 4 нед<br>дек |      | Научиться выполнять сочетание приемов: ведения, передач и бросков снизу в движении. Развитие координационных способностей. | Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их в игровой деятельности | Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 47                        | Позиционное нападение (5 : 0) без изменения позиции игроков. Игра в        | 4 нед<br>дек |      | Научиться выполнять позиционное нападение (5 : 0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-                              | Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками                                                                                                                        | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям                                                                           | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпред-                                                                                              | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств                                                                                              |

| №<br>п/<br>п                                | Тема урока                                                                                                      | План      | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                 | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                                                          | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                |
|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
|                                             |                                                                                                                 |           |      |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                           | Предметные                                                                                                                                                             | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Личностные                                                                     |
|                                             | мини-баскетбол.                                                                                                 |           |      | баскетбол.                                                                                                                       | снизу в движении.<br>Позиционное нападение (5 : 0) без изменения позиции игроков.<br>Игра в мини-баскетбол.<br>Развитие координационных качеств.                                                                                                          | и из базовых видов спорта,                                                                                                                                             | метными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                |
| 48                                          | Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча.<br>Оценка техники ведения мяча с изменением направления. | 4 нед дек |      | Оценка техники ведения мяча с изменением направления.<br>Совершенствовать бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. | Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления.<br>Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5 : 0) без изменения позиции игроков.<br>Игра в мини-баскетбол.<br>Развитие координационных качеств | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения |
| <b>Знания о физической культуре (1 час)</b> |                                                                                                                 |           |      |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                |

| №<br>п/<br>п                                           | Тема урока                                                                                                  | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                            | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                            | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                        |                                                                                                             |              |      |                                                                                                                                                                             |                                                                                                             | Предметные                                                                                                                                                                  | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Личностные                                                                                                                                              |
| 49                                                     | Режим дня, его основное содержание и правила планирования. ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке. | 2 нед<br>янв |      | Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правила соблюдения режима дня, его основное содержание и правила планирования. | Режим дня, его основное содержание и правила планирования. ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке. | Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правила соблюдения режима дня, его основное содержание и правила планирования. | 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 |
| <b>Лыжная подготовка (9 часов). Волейбол ( 4 часа)</b> |                                                                                                             |              |      |                                                                                                                                                                             |                                                                                                             |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                         |
| 50                                                     | Попеременный душажный ход. Повороты в движении.                                                             | 2 нед<br>янв |      | Повторить повороты в движении. Попеременный душажный ход. Пройти дистанцию 2 км - с равномерной скоростью.                                                                  | Повороты в движении. Техника попеременного душажного хода. Дистанция 2 км с равномерной скоростью.          | Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.                                                                                                      | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций                       |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                                                         | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                      | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                           | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                          |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                                                    |              |      |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                            | Предметные                                                                                                                                                                                                  | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Личностные                                                                                                                                                                               |
|              |                                                                                                                                    |              |      |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                             | поведение и поведение<br>окружающих                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                          |
| 51           | Волейбол.<br>Передача<br>мяча двумя<br>руками<br>сверху.                                                                           | 2 нед<br>янв |      | Повторить стойки<br>игрока,<br>передвижения в<br>стойке, передачи<br>мяча двумя<br>руками сверху на<br>месте и после<br>передачи вперед.                              | Стойка игрока.<br>Передвижения в<br>стойке. Передача<br>мяча двумя<br>руками сверху на<br>месте и после<br>передачи вперед.<br>Встречные и ли-<br>нейные эстафеты<br>с передачами<br>мяча. | Расширение<br>двигательного<br>опыта за счет<br>упражнений,<br>ориентирован-<br>ных на разви-<br>тие основных<br>физических<br>качеств, по-<br>вышение<br>функциональ-<br>ных<br>возможностей<br>организма. | Р.-формирование умения<br>понимать причины успеха/не-<br>успеха учебной деятельности и<br>способности конструктивно<br>действовать даже в ситуациях<br>неуспеха; П.- овладение базо-<br>выми предметными и межпред-<br>метными понятиями, отражаю-<br>щими связи между объектами и<br>процессами, К.- умение<br>формулировать, аргументиро-<br>вать и отстаивать своё мнение                                          | Развитие<br>самостоятельности<br>и личной<br>ответственности за<br>свои поступки на<br>основе<br>представлений о<br>нравственных<br>нормах,<br>социальной<br>справедливости и<br>свободе |
| 52           | Повороты<br>переступани-<br>ем в<br>движении.<br>Оценка<br>выпол-<br>нения<br>техники<br>поперемен-<br>ного<br>двушажного<br>хода. | 3 нед<br>янв |      | Повторить<br>повороты<br>переступанием в<br>движении. Оценка<br>выполнения<br>техники<br>попеременного<br>двушажного хода.<br>Развитие<br>скоростной<br>выносливости. | Попеременный<br>двушажный ход.<br>Пройти<br>дистанцию 2 км<br>(переменно 1 км<br>со средней<br>скоростью, 1 км<br>равномерно.)                                                             | Расширение<br>двигательного<br>опыта за счет<br>упражнений,<br>ориентирован-<br>ных на разви-<br>тие основных<br>физических<br>качеств,<br>повышение<br>функциональ-<br>ных<br>возможностей<br>организма    | Р. - овладение способностью<br>принимать и сохранять цели и<br>задачи учебной деятельности,<br>поиска средств ее осуществ-<br>ления; П. -овладение базовыми<br>предметными и межпредмет-<br>ными понятиями, отражающи-<br>ми существенные связи и<br>отношения между объектами и<br>процессами. К. - осуществлять<br>взаимный контроль в<br>совместной деятельности,<br>адекватно оценивать<br>собственное поведение. | Развитие мотивов<br>учебной<br>деятельности и<br>формирование<br>личностного<br>смысла учения                                                                                            |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                                                             | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                  | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                    | Планируемые образовательные результаты                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                                                        |              |      |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                     | Предметные                                                                                   | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Личностные                                                                                                                                                                               |
| 53           | Одновремен<br>ный<br>одношажны<br>й и<br>бесшажный<br>ходы.                                                                            | 3 нед<br>янв |      | Совершенствоват<br>ь технику<br>одновременного<br>одношажного и<br>бесшажного<br>ходов. Дистанцию<br>2 км                         | Техника<br>одновременного<br>одношажного и<br>бесшажного<br>ходов. Развитие<br>скоростной<br>выносливости.                                                                                                          | Описывают<br>технику<br>изучаемых<br>лыжных<br>ходов,<br>осваивают их<br>самостоятель<br>но. | Р.-определять наиболее<br>эффективные способы<br>достижения результата; П.-<br>овладение способностью<br>принимать и сохранять цели и<br>задачи учебной деятельности,<br>поиска средств ее<br>осуществления; К.- готовность<br>конструктивно разрешать<br>конфликты посредством учета<br>интересов сторон и<br>сотрудничества                                                              | Развитие<br>самостоятельности<br>и личной<br>ответственности за<br>свои поступки на<br>основе<br>представлений о<br>нравственных<br>нормах,<br>социальной<br>справедливости и<br>свободе |
| 54           | Волейбол.<br>Прием мяча<br>снизу двумя<br>руками над<br>собой.<br>Оценка тех-<br>ники пере-<br>дачи мяча<br>двумя<br>руками<br>сверху. | 3 нед<br>янв |      | Оценка техники<br>передачи мяча<br>двумя руками<br>сверху.<br>Совершенствоват<br>ь прием мяча<br>снизу двумя<br>руками над собой. | Стойка игрока.<br>Передвижения в<br>стойке. Передача<br>мяча двумя<br>руками сверху на<br>месте и после<br>передачи вперед.<br>Прием мяча снизу<br>двумя руками над<br>собой. Эстафеты.<br>Игра в мини-<br>волейбол | Уметь<br>демонстриро-<br>вать технику<br>одновремен-<br>ных ходов на<br>учебном<br>кругу.    | Р.- формирование умения<br>планировать, контролировать и<br>оценивать учебные действия в<br>соответствии с поставленной<br>задачей и условиями ее<br>реализации; П.- определять<br>наиболее эффективные способы<br>достижения результата; К.-<br>осуществлять взаимный<br>контроль в совместной<br>деятельности, адекватно<br>оценивать собственное<br>поведение и поведение<br>окружающих | Развитие навыков<br>сотрудничества со<br>взрослыми и<br>сверстниками,<br>умения не<br>создавать<br>конфликтов и<br>находить выходы<br>из спорных<br>ситуаций                             |
| 55           | Одновремен<br>ный<br>двушажный<br>ход                                                                                                  | 4 нед<br>янв |      | Разучить спуски и<br>подъемы в<br>средней стойке,<br>подъем                                                                       | Совершенство-<br>вать технику<br>одновременного<br>одношажного                                                                                                                                                      | Расширение<br>двигательного<br>опыта за счет<br>упражнений,                                  | Р.-формирование умения<br>понимать причины успеха/не-<br>успеха учебной деятельности и<br>способности конструктивно                                                                                                                                                                                                                                                                        | Развитие<br>самостоятельности<br>и личной<br>ответственности за                                                                                                                          |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                      | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                  | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                         | Планируемые образовательные результаты                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                  |
|--------------|-----------------------------------------------------------------|--------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                 |              |      |                                                                                   |                                                                                          | Предметные                                                                                                    | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Личностные                                                                                       |
|              |                                                                 |              |      | «елочкой». Повторить повороты переступанием в движении.                           | хода и одновременного двушажного хода. Пройти дистанцию 2 км.                            | ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма      | 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                                                                                                                                                  | свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 56           | Оценка выполнения техники одновременных ходов на учебном кругу. | 4 нед<br>янв |      | Пройти дистанцию 1 км на результат. Повторить спуски и подъемы, подъем «елочкой». | Повороты переступанием в движении. Одновременный одношажный и бесшажный ходы.            | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения                   |
| 57           | Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты.    | 4 нед<br>янв |      | Разучить торможение и поворот упором, технику скользящего шага в гору.            | Стойка игрока. Передвижения в стойке, Передача мяча двумя руками сверху на месте и после | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на разви-                                  | Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности,                                                                                                                                                                                                                    | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе                   |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                   | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                               | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                | Планируемые образовательные результаты                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                   |
|--------------|--------------------------------------------------------------|---------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                              |               |      |                                                                                                |                                                                                                                 | Предметные                                                                        | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Личностные                                                                                                                        |
|              |                                                              |               |      |                                                                                                | передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты.                                             | тие основных физических качеств, повышение функциональ ных возможностей организма | поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества                                                                                                                                                                                                               | представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе                                                          |
| 58           | Спуски и подъемы на склонах. Подъем «полуелочкой».           | 5 нед<br>янв  |      | Повторить спуски и подъемы, торможение и поворот упором.                                       | Спуски и подъемы в средней стойке. Подъем «полуелочкой».                                                        | Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно но. | 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 |
| 59           | Дистанция 1 км на время. Спуски и подъемы. Подъем «елочкой». | 1 нед<br>февр |      | Совершенствовать технику спусков и подъемов на склонах. Повторить торможение и поворот упором. | На учебном круге (500 м.) совершенствовани е техники ранее изученных ходов. Спуски и подъемы. Подъем «елочкой». | Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно но. | 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, отражаю-                                                                                                                          | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных                       |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                               | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                               | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                   | Планируемые образовательные результаты                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                          |               |      |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                    | Предметные                                                                                                    | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Личностные                                                                                                                                              |
|              |                                                                          |               |      |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                               | щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение                                                                                                                                                                                                                                                               | нормах, социальной справедливости и свободе                                                                                                             |
| 60           | Волейбол. Передача мяча сверху и прием мяча снизу в парах и через сетку. | 1 нед<br>февр |      | Прохождение дистанции 2 км на время. Развитие скоростной выносливости.                                                         | Стойка игрока. Передвижения в стойке, Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения                                                                          |
| 61           | Торможение и поворот упором.                                             | 2 нед<br>февр |      | Развитие скоростной выносливости: повторные отрезки 2-3 раза х 300 м. Повторить спуски и подъемы, торможение и поворот упором. | Торможение и поворот упором. Совершенствование техники скользящего шага в гору. Прохождение дистанции 2 км                                                                         | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества                                                                              | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 62           | Спуски и                                                                 | 2 нед         |      | Совершенствоват                                                                                                                | Торможение и                                                                                                                                                                       | Формирова-                                                                                                    | Р.- формирование умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Развитие навыков                                                                                                                                        |

| №<br>п/<br>п                                          | Тема урока                                                                | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                              | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                        | Планируемые образовательные результаты                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                       |                                                                           |               |      |                                                                                                                                               |                                                                                                                         | Предметные                                                                                                    | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Личностные                                                                                                       |
|                                                       | подъемы.<br>Торможение и поворот упором.                                  | февр          |      | ь спуски и подъемы, торможение и поворот упором. Развитие скоростной выносливости. Провести лыжную эстафету                                   | поворот упором. Совершенствование техники скользящего шага в гору. Подъем «елочкой».                                    | ние навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок          | 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                                               | сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| <b>Знания о физической культуре (1час)</b>            |                                                                           |               |      |                                                                                                                                               |                                                                                                                         |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                  |
| 63                                                    | Физкультминутки (физкультпаузы) и их значение для профилактики утомления. | 2 нед<br>февр |      | Дать рекомендации по гигиеническим требованиям к проведению физкультминуток (физкультпауз), правила выбора и дозировки физических упражнений. | Гигиенические требования к проведению физкультминуток (физкультпауз), правила выбора и дозировки физических упражнений. | Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения                                   |
| <b>Лыжная подготовка (6 часов). Волейбол (2 часа)</b> |                                                                           |               |      |                                                                                                                                               |                                                                                                                         |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                  |
| 64                                                    | Прохожден                                                                 | 2 нед         |      | Прохождение                                                                                                                                   | Прохождение                                                                                                             | Овладение                                                                                                     | Р. - овладение способностью                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Развитие мотивов                                                                                                 |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                           | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                           | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |
|--------------|--------------------------------------|---------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                      |               |      |                                                                                                            |                                                                                                                                                 | Предметные                                                                                                                                                                               | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Личностные                                                                                                                                                   |
|              | ие<br>дистанции<br>2 км на<br>время. | февр          |      | дистанции 2 км на<br>время. Развитие<br>скоростной<br>выносливости.                                        | дистанции 2 км на<br>время. Развитие<br>скоростной<br>выносливости.                                                                             | умениями<br>организовать<br>здоровьесбере-<br>гающую<br>жизнедеятель-<br>ность (режим<br>дня, утренняя<br>зарядка,<br>оздоровитель-<br>ные<br>мероприятия,<br>подвижные<br>игры и т.д.); | принимать и сохранять цели и<br>задачи учебной деятельности,<br>поиска средств ее осуществ-<br>ления; П. -овладение базовыми<br>предметными и межпредмет-<br>ными понятиями, отражающи-<br>ми существенные связи и<br>отношения между объектами и<br>процессами. К. - осуществлять<br>взаимный контроль в совмест-<br>ной деятельности, адекватно<br>оценивать собственное<br>поведение.        | учебной<br>деятельности и<br>формирование<br>личностного<br>смысла учения                                                                                    |
| 65           | Скользящий<br>шаг в гору.            | 3 нед<br>февр |      | Совершенство-<br>вать скользящий<br>шаг в гору.<br>Спуски и<br>подъемы.<br>Торможение и<br>поворот упором. | Спуски и<br>подъемы.<br>Торможение и<br>поворот упором.<br>Развитие<br>скоростной<br>выносливости:<br>повторные<br>отрезки 2-3 раза x<br>300 м. | Расширение<br>двигательного<br>опыта за счет<br>упражнений,<br>ориентирован-<br>ных на разви-<br>тие основных<br>физических<br>качеств                                                   | Р.- формирование умения<br>планировать, контролировать и<br>оценивать учебные действия в<br>соответствии с поставленной<br>задачей и условиями ее реали-<br>зации; П.- определять наиболее<br>эффективные способы достиже-<br>ния результата; К.-осуществ-<br>лять взаимный контроль в сов-<br>местной деятельности, адекват-<br>но оценивать собственное пове-<br>дение и поведение окружающих | Развитие навыков<br>сотрудничества со<br>взрослыми и<br>сверстниками,<br>умения не<br>создавать<br>конфликтов и<br>находить выходы<br>из спорных<br>ситуаций |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                                | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                       | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                  | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                         |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                           |               |      |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                   | Предметные                                                                                                                                                          | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Личностные                                                                                                                                                              |
| 66           | Волейбол.<br>Прием мяча<br>снизу двумя<br>руками над<br>собой и на<br>сетку. Игра<br>в мини-<br>волейбол. | 3 нед<br>февр |      | Совершенствовать прием мяча<br>снизу двумя<br>руками над собой<br>и на сетку. Игра в<br>мини-волейбол. | Стойка игрока.<br>Передвижения в<br>стойке. Передача<br>мяча двумя<br>руками сверху в<br>парах. Прием<br>мяча снизу двумя<br>руками над собой<br>и на сетку.<br>Эстафеты. Игра в<br>мини-волейбол | Овладение<br>умениями<br>организовать<br>здоровьесбере<br>гающую<br>жизнедеятель<br>ность (режим<br>дня, утренняя<br>зарядка,<br>оздоровитель<br>ные<br>мероприятия | Р.- формирование умения<br>планировать, контролировать и<br>оценивать учебные действия в<br>соответствии с поставленной<br>задачей и условиями ее реали<br>зации; П.- определять наиболее<br>эффективные способы достиже<br>ния результата; К.-осуществ<br>лять взаимный контроль в сов<br>местной деятельности, адекват<br>но оценивать собственное пове<br>дение и поведение окружающих        | Развитие навыков<br>сотрудничества со<br>взрослыми и<br>сверстниками,<br>умения не<br>создавать<br>конфликтов и<br>находить выходы<br>из спорных<br>ситуаций            |
| 67           | Лыжная<br>эстафета.                                                                                       | 4нед<br>февр  |      | Пройти<br>дистанцию 3 км<br>со средней<br>скоростью.<br>Развитие<br>скоростной<br>выносливости.        | Дистанция 3 км со<br>средней<br>скоростью.<br>Развитие<br>скоростной<br>выносливости.                                                                                                             | Изучают<br>историю<br>волейбола.<br>Овладевают<br>основными<br>приемами<br>игры в<br>волейбол.                                                                      | Р.-осуществлять взаимный<br>контроль в совместной дея<br>тельности, адекватно оценивать<br>собственное поведение и пове<br>дение окружающих; П.-<br>владение основами самоконт<br>роля, самооценки, принятия<br>решений и осуществления<br>осознанного выбора в учебной<br>и познавательной деятельности;<br>К. - готовность конструктивно<br>разрешать конфликты<br>посредством учета интересов | Развитие<br>этических качеств,<br>доброжелательнос<br>ти и<br>эмоционально<br>нравственной<br>отзывчивости,<br>понимания и<br>сопереживания<br>чувствам других<br>людей |
| 68           | Обучение<br>технике<br>конькового<br>хода<br>(свободный                                                   | 4 нед<br>февр |      |                                                                                                        | Техника<br>конькового хода<br>(свободный<br>стиль.)<br>Развитие                                                                                                                                   | Описывают<br>технику<br>изучаемых<br>игровых<br>приемов и                                                                                                           | Р.-формирование умения<br>понимать причины успеха/не<br>успеха учебной деятельности и<br>способности конструктивно<br>действовать даже в ситуациях                                                                                                                                                                                                                                               | Развитие<br>самостоятельности<br>и личной<br>ответственности за<br>свои поступки на                                                                                     |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                 | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                             | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                         | Планируемые образовательные результаты                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                     |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------|------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                            |               |      |                                                                              |                                                                                                          | Предметные                                                                                            | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Личностные                                                                                                          |
|              | стиль.)                                                                    |               |      |                                                                              | скоростной<br>выносливости.                                                                              | действий,<br>осваивают их<br>самостоятель<br>но                                                       | неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение                                                                                                                                                                            | основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе                                     |
| 69           | Волейбол.<br>Прием мяча<br>снизу двумя<br>руками в<br>парах через<br>зону. | 4 нед<br>февр |      | Совершенствование техники приема мяча снизу двумя руками в парах через зону. | Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение. | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения                                      |
| 70           | Техника<br>конькового<br>хода                                              | 5 нед<br>февр |      | Совершенствование техники конькового хода и ранее изученных ходов.           | Коньковый ход. Дистанция 3 км со средней скоростью.                                                      | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта | Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать                                                                                                                                           | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, |

| №<br>п/<br>п                               | Тема урока                                                                                           | План       | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                           | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                   | Планируемые образовательные результаты                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                            |                                                                                                      |            |      |                                                                            |                                                                    | Предметные                                                                          | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Личностные                                                                                                                               |
|                                            |                                                                                                      |            |      |                                                                            |                                                                    |                                                                                     | конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | социальной справедливости и свободе                                                                                                      |
| 71                                         | Соревнование по лыжным гонкам: девочки - дистанция 2 км, мальчики - дистанция 3 км. Свободный стиль. | 1 нед март |      | Совершенствование техники конькового хода и ранее изученных ходов.         | Техника конькового хода и ранее изученных ходов.                   | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих                                | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций        |
| <b>Знания о физической культуре (1час)</b> |                                                                                                      |            |      |                                                                            |                                                                    |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                          |
| 72                                         | Правила закаливания                                                                                  | 1 нед март |      | Изучить правила закаливания организма способами обтирания, обливания, душ. | Правила закаливания организма способами обтирания, обливания, душ. | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно | 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 |

| №<br>п/<br>п        | Тема урока                                                                                                         | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                             | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                                                          | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                           |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |                                                                                                                    |               |      |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                           | Предметные                                                                                                                                                              | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Личностные                                                                                                                                                                                |
| Баскетбол (6часов). |                                                                                                                    |               |      |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                           |
| 73                  | Баскетбол.<br>Ведение<br>мяча с<br>изменением<br>скорости и<br>высоты<br>отскока.<br>Игра в<br>мини-<br>баскетбол. | 2 нед<br>март |      | Совершенствован<br>ие техники<br>ведения мяча с<br>изменением<br>скорости и<br>высоты отскока.<br>Игра в мини-<br>баскетбол. | Стойка и<br>передвижения<br>игрока. Ведение<br>мяча с изменени-<br>ем скорости и вы-<br>соты отскока.<br>Бросок двумя ру-<br>ками снизу после<br>ловли мяча. Пози-<br>ционное нападе-<br>ние (5 : 0) без из-<br>менения позиции<br>игроков. Игра.         | Взаимодейств<br>уют со<br>сверстниками<br>в процессе<br>совместного<br>освоения<br>техники<br>игровых<br>приемов и<br>действий,<br>соблюдают<br>правила<br>безопасности | Р.-формирование умения<br>понимать причины успеха/не-<br>успеха учебной деятельности и<br>способности конструктивно<br>действовать даже в ситуациях<br>неуспеха; П.- - овладение базо-<br>выми предметными и межпред-<br>метными понятиями, отражаю-<br>щими связи между объектами и<br>процессами, К.- умение<br>формулировать, аргументиро-<br>вать и отстаивать своё мнение | Рразвитие<br>самостоятельности<br>и личной<br>ответственности за<br>свои поступки на<br>основе<br>представлений о<br>нравственных<br>нормах,<br>социальной<br>справедливости и<br>свободе |
| 74                  | Баскетбол.<br>Сочетание<br>приемов:<br>(ведение -<br>остановка -<br>бросок).<br>Игра в<br>мини-<br>баскетбол.      | 2 нед<br>март |      | Выполнение<br>сочетания<br>приемов: (ведение<br>- остановка -<br>бросок). Игра в<br>мини-баскетбол.                          | Стойка и пере-<br>движения игрока.<br>Ведение мяча с<br>изменением ско-<br>рости и высоты<br>отскока. Сочета-<br>ние приемов:<br>(ведение – оста-<br>новка - бросок).<br>Позиционное<br>нападение через<br>скрестный выход.<br>Игра в мини-<br>баскетбол. | Описывают<br>технику<br>изучаемых<br>игровых<br>приемов и<br>действий,<br>осваивают их<br>самостоятель-<br>но, выявляя и<br>устраняя<br>типичные<br>ошибки.             | Р. - овладение способностью<br>принимать и сохранять цели и<br>задачи учебной деятельности,<br>поиска средств ее осуществ-<br>ления; П. -овладение базовыми<br>предметными и межпредмет-<br>ными понятиями, отражающи-<br>ми существенные связи и отно-<br>шения между объектами и про-<br>цессами. К. - осуществлять вза-<br>имный контроль в совместной<br>деятельности      | Развитие мотивов<br>учебной<br>деятельности и<br>формирование<br>личностного<br>смысла учения                                                                                             |
| 75                  | Оценка тех-<br>ники броска                                                                                         | 2 нед<br>март |      | Оценка техники<br>броска снизу в                                                                                             | Стойка и<br>передвижения                                                                                                                                                                                                                                  | Овладение<br>основами                                                                                                                                                   | Р.-определять наиболее<br>эффективные способы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Развитие<br>самостоятельности                                                                                                                                                             |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                           | План       | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                             | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                | Планируемые образовательные результаты                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                   |
|--------------|----------------------------------------------------------------------|------------|------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                      |            |      |                                                                              |                                                                                                                 | Предметные                                                                                                 | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Личностные                                                                                                                        |
|              | снизу в движении. Игра в мини-баскетбол.                             |            |      | движении. Игра в мини-баскетбол.                                             | игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Сочетание приемов: (ведение - остановка - бросок). | технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта                         | достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества                                                                                                  | и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе      |
| 76           | Позиционно е нападение через скрестный выход. Игра в мини-баскетбол. | 3 нед март |      | Разучить позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини-баскетбол. | Позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств            | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств | Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 77           | Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на           | 3 нед март |      | Разучить вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте.   | Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на                        | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям                                | Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия                                                                                                                                                            | Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,                                          |

| №<br>п/<br>п               | Тема урока                                                    | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                      | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                         | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                         |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            |                                                               |               |      |                                                                                       |                                                                                                                                          | Предметные                                                                                                                                                             | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Личностные                                                                                                                                              |
|                            | месте.                                                        |               |      |                                                                                       | месте. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств                                               | и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности;                                                                            | решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества                                                                                                                                          | понимания и сопереживания чувствам других людей                                                                                                         |
| 78                         | Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.            | 3 нед<br>март |      | Разучить нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.                           | Стойка и передвижения игрока. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Техника безопасности. | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной 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 |
| <b>Волейбол (6 часов).</b> |                                                               |               |      |                                                                                       |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                         |
| 79                         | Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. | 5 нед<br>март |      | Совершенствовать прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Провести игру по | Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя                                                 | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на                                                                                                  | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредмет-                                                                                                                                                           | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения                                                                          |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                                                                          | План          | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                             | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                           | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                          |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                                                                     |               |      |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                            | Предметные                                                                                                                                                                                | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Личностные                                                                                                                                                                               |
|              |                                                                                                                                                     |               |      | упрощенным<br>правилам.                                                                                                                                                                                                      | руками над собой<br>и на сетку.<br>Нижняя прямая<br>подача с 3-6 м.<br>Эстафеты. Игра в<br>мини-волейбол.<br>Техника<br>безопасности.      | развитие<br>основных<br>физических<br>качеств                                                                                                                                             | ными понятиями, отражающи-<br>ми существенные связи и отно-<br>шения между объектами и про-<br>цессами. К. - осуществлять вза-<br>имный контроль в совместной<br>деятельности                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                          |
| 80           | Оценка тех-<br>ники<br>приема<br>мяча снизу<br>двумя<br>руками.<br>Игра в<br>мини-<br>волейбол.<br>Тестирован<br>ие – прыжок<br>в длину с<br>места. | 5 нед<br>март |      | Оценка техники<br>приема мяча<br>снизу двумя<br>руками. Игра в<br>мини-волейбол.<br>Повторить<br>нижнюю прямую<br>подачу мяча.<br>Тестирование –<br>прыжок в длину с<br>места.<br>Повторить<br>нижнюю прямую<br>подачу мяча. | Прием мяча снизу<br>двумя руками над<br>собой и на сетку.<br>Нижняя прямая<br>подача с 3-6 м.<br>Эстафеты. Игра в<br>мини-волейбол.        | Овладение<br>основами<br>технических<br>действий,<br>приёмами и<br>физическими<br>упражнениям<br>и из базовых<br>видов спорта,<br>умением ис-<br>пользовать их<br>игровой<br>деятельности | Р.-определять наиболее<br>эффективные способы<br>достижения результата; П.-<br>овладение способностью<br>принимать и сохранять цели и<br>задачи учебной деятельности,<br>поиска средств ее<br>осуществления; К.- готовность<br>конструктивно разрешать<br>конфликты посредством учета<br>интересов сторон и<br>сотрудничества | Развитие<br>самостоятельности<br>и личной<br>ответственности за<br>свои поступки на<br>основе<br>представлений о<br>нравственных<br>нормах,<br>социальной<br>справедливости и<br>свободе |
| 81           | Нижняя<br>прямая<br>подача с<br>3-6 м. Игра<br>в мини-<br>волейбол.<br>Тестирован<br>ие –                                                           | 5 нед<br>март |      | Совершенство-<br>вать нижнюю<br>прямую подачу,<br>прием мяча снизу<br>двумя руками<br>после подачи.<br>Провести игру по<br>упрощенным                                                                                        | Передвижения в<br>стойке. Передача<br>мяча двумя<br>руками сверху в<br>парах. Прием<br>мяча снизу двумя<br>руками над собой<br>и на сетку. | Описывают<br>технику<br>изучаемых<br>игровых<br>приемов и<br>действий,<br>осваивают их<br>самостоятель                                                                                    | Р.- формирование умения<br>планировать, контролировать и<br>оценивать учебные действия в<br>соответствии с поставленной<br>задачей и условиями ее реали-<br>зации; П.- определять наиболее<br>эффективные способы достиже-<br>ния результата; К.-осуществ-                                                                    | Развитие навыков<br>сотрудничества со<br>взрослыми и<br>сверстниками,<br>умения не<br>создавать<br>конфликтов и<br>находить выходы                                                       |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                          | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                        | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                   | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                          |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                     |              |      |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                    | Предметные                                                                                                                                                  | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Личностные                                                                                                                                                                               |
|              | подтягивание.                                                                                       |              |      | правилам,<br>Тестирование –<br>подтягивание.                                                                                            | Нижняя прямая<br>подача с 3-6 м.<br>Эстафеты. Игра в<br>мини-волейбол.<br>Техника<br>безопасности                                                                                                                  | но, выявляя и<br>устраняя<br>типичные<br>ошибки.                                                                                                            | лять взаимный контроль в сов-<br>местной деятельности, адекват-<br>но оценивать собственное пове-<br>дение и поведение окружающих                                                                                                                                                                                                                                            | из спорных<br>ситуаций                                                                                                                                                                   |
| 82           | Передачи<br>мяча сверху<br>двумя<br>руками в<br>парах через<br>сетку.                               | 1 нед<br>апр |      | Совершенство-<br>вать передачи<br>мяча сверху<br>двумя руками в<br>парах через сетку.<br>Провести игру по<br>упрощенным<br>правилам.    | Передача мяча<br>двумя руками<br>сверху в парах.<br>Прием мяча снизу<br>двумя руками над<br>собой и на сетку.<br>Нижняя прямая<br>подача с 3-6 м.<br>Эстафеты. Игра в<br>мини-волейбол.<br>Техника<br>безопасности | Описывают<br>технику<br>изучаемых<br>игровых<br>приемов и<br>действий,<br>осваивают их<br>самостоятель-<br>но, выявляя и<br>устраняя<br>типичные<br>ошибки. | Р.-осуществлять взаимный<br>контроль в совместной дея-<br>тельности, адекватно оценивать<br>собственное поведение и пове-<br>дение окружающих; П.-<br>владение основами самоконт-<br>роля, самооценки, принятия<br>решений и осуществления<br>осознанного выбора в учебной<br>и познавательной деятельности;<br>К. - готовность конструктивно<br>разрешать конфликты         | Развитие<br>этических качеств,<br>доброжелательнос-<br>ти и<br>эмоционально-<br>нравственной<br>отзывчивости,<br>понимания и<br>сопереживания<br>чувствам других<br>людей                |
| 83           | Оценка<br>техники<br>нижней<br>прямой<br>поддачи.<br>Тестирован-<br>ие – наклон<br>вперед,<br>стоя. | 1 нед<br>апр |      | Оценка техники<br>нижней прямой<br>поддачи. Провести<br>игру по<br>упрощенным<br>правилам,<br>тестирование –<br>наклон вперед,<br>стоя. | Передвижения в<br>стойке. Передача<br>мяча двумя<br>руками сверху в<br>парах. Прием<br>мяча снизу двумя<br>руками над собой<br>и на сетку.<br>Нижняя прямая<br>подача с 6 м.<br>Эстафеты. Игра в<br>мини-волейбол  | Описывают<br>технику<br>изучаемых<br>игровых<br>приемов и<br>действий,<br>осваивают их<br>самостоятель-<br>но, выявляя и<br>устраняя<br>типичные<br>ошибки. | Р.-формирование умения<br>понимать причины успеха/не-<br>успеха учебной деятельности и<br>способности конструктивно<br>действовать даже в ситуациях<br>неуспеха; П.- овладение базо-<br>выми предметными и межпред-<br>метными понятиями, отражаю-<br>щими связи между объектами и<br>процессами, К.- умение<br>формулировать, аргументиро-<br>вать и отстаивать своё мнение | Развитие<br>самостоятельности<br>и личной<br>ответственности за<br>свои поступки на<br>основе<br>представлений о<br>нравственных<br>нормах,<br>социальной<br>справедливости и<br>свободе |

| №<br>п/<br>п               | Тема урока                                                                              | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                            | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                     | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                   |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            |                                                                                         |              |      |                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                      | Предметные                                                                                                                                                             | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Личностные                                                                                                                                                        |
|                            |                                                                                         |              |      |                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                   |
| 84                         | Нижняя прямая подача в заданную зону. Игра по упрощенным правилам.                      | 1 нед<br>апр |      | Освоить комбинации из разученных элементов передвижений (перемещений в стойке, остановки, ускорения). Провести игру по упрощенным правилам. | Нижняя прямая подача с 6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол                                                                                                                                           | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности                    | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности                                                                                                                | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения                                                                                    |
| <b>Баскетбол (7 часов)</b> |                                                                                         |              |      |                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                   |
| 85                         | Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов (ведение - остановка - бросок). | 2 нед<br>апр |      | Совершенствовать бросок одной рукой от плеча на месте, сочетание приемов (ведение - остановка - бросок).                                    | Стойка и передвижения игрока. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов (ведение - остановка - бросок). Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Техника безопасности. | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности | <b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br><b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество –ставить вопросы, | Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                                    | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                               | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                      | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                   |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                               |              |      |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                       | Предметные                                                                                                                                                             | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Личностные                                                                                                                        |
|              |                                                                                                               |              |      |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        | обращаться за помощью                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                   |
| 86           | Оценка техники броска одной рукой от плеча с места. Бросок одной рукой от плеча с места со средней дистанции. | 2 нед<br>апр |      | Оценка техники броска одной рукой от плеча с места. Совершенствовать бросок одной рукой от плеча с места со средней дистанции. | Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча с места со средней дистанции. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.                | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.                                               | <b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу.<br><b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач.<br><b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение                                                            | Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)                                               |
| 87           | Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействие двух игроков.                                        | 2 нед<br>апр |      | Разучить бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков.                                                | Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков. Нападение быстрым прорывом. Развитие координационных | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности | 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 |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                            | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                     | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                          | Планируемые образовательные результаты                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                         |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                       |              |      |                                                                                                      |                                                                                                                           | Предметные                                                                                                                                          | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Личностные                                                                                                                                              |
|              |                                                                       |              |      |                                                                                                      | качеств                                                                                                                   |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                         |
| 88           | Бросок двумя руками от головы в движении. Вырывание и выбивание мяча. | 3 нед<br>апр |      | Разучить бросок двумя руками от головы в движении. Совершенствовать вырывание и выбивание мяча.      | Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Игра в мини-баскетбол | Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.                            | Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты     | Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей                |
| 89           | Взаимодействие двух игроков через заслон. Игра                        | 3 нед<br>апр |      | Разучить взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол | Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол                               | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности | Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 90           | Нападение быстрым прорывом. Бросок од-                                | 3 нед<br>апр |      | Совершенствовать нападение быстрым прорывом. Бросок                                                  | Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия                                                                  | Описывают технику изучаемых игровых                                                                                                                 | Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ-                                                                                                                                                                                                                 | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование                                                                                                    |

| №<br>п/<br>п                        | Тема урока                                                                    | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                        | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                       | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     |                                                                               |              |      |                                                                                         |                                                                                                                                        | Предметные                                                                                                                                                             | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Личностные                                                                                                                                                        |
|                                     | ной рукой от плеча в движении. Тестирование - поднимание туловища за 30 сек.  |              |      | одной рукой от плеча в движении. Провести тестирование - поднимание туловища за 30 сек. | двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.                                                          | приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.                                                                                   | ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                      | личностного смысла учения                                                                                                                                         |
| 91                                  | Оценка техники броска одной рукой от плеча в движении. Игра в мини-баскетбол. | 4 нед<br>апр |      | Оценка техники броска одной рукой от плеча в движении. Игра в мини-баскетбол.           | Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. | Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности | <b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br><b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью | Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| <b>Знания о физической культуре</b> |                                                                               |              |      |                                                                                         |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                   |
| 92                                  | Правила соблюдения личной гигиены.                                            | 4 нед<br>апр |      | Изучить правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий                      | Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий                                                                             | Овладение умениями организовать здоровьесберегающую                                                                                                                    | <b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу.<br><b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная,                                                                                         |

| №<br>п/<br>п                       | Тема урока                                                                                                                                             | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                              | Планируемые образовательные результаты                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                    |                                                                                                                                                        |              |      |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                               | Предметные                                                                                                                      | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Личностные                                                                                                   |
|                                    |                                                                                                                                                        |              |      | физическими<br>упражнениями<br>(соблюдение<br>чистоты тела и<br>одежды).                                                                                        | физическими<br>упражнениями<br>(соблюдение<br>чистоты тела и<br>одежды).                                                                      | жизнедеятель-<br>ность (режим<br>дня, утренняя<br>зарядка,<br>оздоровитель-<br>ные<br>мероприятия,<br>подвижные<br>игры и т.д.) | поставленных задач.<br><b>К:</b> инициативное<br>сотрудничество–<br>ставить вопросы,<br>обращаться за помощью;<br>взаимодействие –<br>формулировать<br>собственное мнение                                                                                                                                                                                                    | внешняя)                                                                                                     |
| <b>Легкая атлетика (10 часов).</b> |                                                                                                                                                        |              |      |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                               |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |
| 93                                 | ИОТ при<br>проведении<br>занятий по<br>легкой<br>атлетике.<br>Бег в<br>равномерно<br>м темпе<br>(1000 м).<br>Спе-<br>циальные<br>беговые<br>упражнения | 4 нед<br>апр |      | Напомнить ИОТ<br>при проведении<br>занятий по легкой<br>атлетике.<br>Выполнить бег в<br>равномерном<br>темпе (1000<br>м). Специальные<br>беговые<br>упражнения. | Бег в<br>равномерном<br>темпе (1000 м).<br>ОРУ.<br>Специальные<br>беговые<br>упражнения.<br>Развитие<br>выносливости.<br>Инструктаж по<br>ТБ. | Выполняют<br>бег с<br>максимальной<br>скоростью<br>30м.                                                                         | Р.-формирование умения<br>понимать причины успеха/не-<br>успеха учебной деятельности и<br>способности конструктивно<br>действовать даже в ситуациях<br>неуспеха; П.- овладение базо-<br>выми предметными и межпред-<br>метными понятиями, отражаю-<br>щими связи между объектами и<br>процессами, К.- умение<br>формулировать, аргументиро-<br>вать и отстаивать своё мнение | Формирование<br>эстетических<br>потребностей,<br>ценностей и<br>чувств                                       |
| 94                                 | Бег 1000м<br>на<br>результат.<br>Спе-<br>циальные<br>беговые<br>упражнения                                                                             | 1 нед<br>май |      | Выполнить бег<br>1000м на<br>результат. Спе-<br>циальные беговые<br>упражнения.<br>Тестирование бег<br>1000м.                                                   | Бег в<br>равномерном<br>темпе (1000 м).<br>ОРУ.<br>Специальные<br>беговые<br>упражнения.                                                      | Выполняют<br>бег с<br>максимальной<br>скоростью 40-<br>50м.                                                                     | <b>Р:</b> целеполагание: формулирова-<br>ть и удерживать учебную<br>задачу; <b>П:</b> общеучебные: испол-<br>зовать общие приемы решения<br>постав-<br>ленных задач; определять и<br>кратко характеризовать физи-                                                                                                                                                            | Смыслообразова-<br>ние– адекватная<br>мотивация учеб-<br>ной деятель-<br>ности.<br>Нравственно-<br>этическая |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                  | План      | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                 | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                 | Планируемые образовательные результаты      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                   |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                             |           |      |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                  | Предметные                                  | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Личностные                                                                                                                        |
|              | Тестирование бег 1000м.                                                                     |           |      |                                                                                                                                                  | Развитие выносливости. Инструктаж по ТБ.                                                                                                                                         |                                             | ческую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью                                                                                                                                            | ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций                                                     |
| 95           | Высокий старт (до 10-15 м). Старты из различных исходных положений. Тестирование - бег 30м. | 1 нед май |      | Повторение техники высокого старта. Старты из различных положений. Проведение тестирования по бегу 30м                                           | Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (30-40 м). Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Старты из различных исходных положений. | Выполняют бег с максимальной скоростью 30м. | <b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу.<br><b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач.<br><b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение                         | Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)                                               |
| 96           | Высокий старт (до 10-15м), бег с ускорением (40-50 м). Специальные беговые упражнения.      | 2 нед май |      | Повторение техники высокого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из различных | Высокий старт (до 10-15м), бег с ускорением (40-50 м), бег по дистанции. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных воз-                                                | Выполняют бег с максимальной скоростью 60м. | <b>Р.-</b> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <b>П.-</b> определять наиболее эффективные способы достижения результата; <b>К.-</b> осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекват- | Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                  | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                                                                                             | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                                                   | Планируемые образовательные результаты                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                         |
|--------------|-------------------------------------------------------------|--------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                             |              |      |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                    | Предметные                                                                                                                            | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Личностные                                                                                                                                                              |
|              |                                                             |              |      | положений.                                                                                                                                                                                                                   | возможностей.<br>Встречная<br>эстафета.                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                       | но оценивать собственное пове-<br>дение и поведение окружающих                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                         |
| 97           | Бег с<br>ускорением<br>(50-60 м).<br>Эстафетный<br>бег.     | 2 нед<br>май |      | Учет результата<br>по бегу на (60 м).<br>Специальные<br>беговые<br>упражнения. ОРУ.<br>Встречная<br>эстафета<br>(передача па-<br>лочки). Влияние<br>легкоатлетически<br>х упражнений на<br>различные<br>системы<br>организма | Высокий старт (до<br>10-15 м), бег с<br>ускорением (50-60<br>м), бег по<br>дистанции.<br>Специальные бе-<br>говые<br>упражнения.<br>Развитие<br>скоростных воз-<br>можностей.<br>Встречная<br>эстафета<br>(передача па-<br>лочки). | Выполняют<br>бег с<br>максимальной<br>скоростью<br>60м                                                                                | Р. - овладение способностью<br>принимать и сохранять цели и<br>задачи учебной деятельности,<br>поиска средств ее осуществ-<br>ления; П. - овладение базовыми<br>предметными и межпредмет-<br>ными понятиями, отражающи-<br>ми существенные связи и отно-<br>шения между объектами и про-<br>цессами. К. - осуществлять вза-<br>имный контроль в совместной<br>деятельности | Развитие мотивов<br>учебной<br>деятельности и<br>формирование<br>личностного<br>смысла учения                                                                           |
| 98           | Передача<br>эстафетной<br>палочки.<br>Эстафеты<br>по кругу. | 3 нед<br>май |      | Совершенство-<br>вать технику<br>передачи<br>эстафетной<br>палочки.<br>Выполнить<br>эстафеты по<br>кругу.                                                                                                                    | Развитие<br>скоростных<br>возможностей.<br>ОРУ в движении.<br>Эстафеты по<br>кругу. Передача<br>палочки.                                                                                                                           | Расширение<br>двигательного<br>опыта за счет<br>упражнений,<br>ориентирован<br>ных на разви-<br>тие основных<br>физических<br>качеств | <b>Р:</b> <i>целеполагание</i> -<br>преобразовывать практическую<br>задачу в образовательную.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно стро-<br>ить сообщения в устной форме.<br><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> -<br>задавать вопросы,<br>формулировать свою позицию                                                                                                  | <i>Самоопределение</i><br>– осознание<br>ответственности<br>за<br>общее благополу-<br>чие,<br>готовность следо-<br>вать нормам<br>здоровье<br>сберегающего<br>поведения |
| 99           | Бег на                                                      | 3 нед        |      | Выполнить бег на                                                                                                                                                                                                             | Бег на результат                                                                                                                                                                                                                   | Расширение                                                                                                                            | <b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <i>Самоопределение</i>                                                                                                                                                  |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                                            | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                       | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                                          | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                     |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                                       |              |      |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                           | Предметные                                                                                                                                                                  | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Личностные                                                                                                                                                                          |
|              | результат (60 м).<br>Специальные беговые упражнения.                                                                  | май          |      | результат (60 м).<br>Специальные беговые упражнения                                                                                    | (60 м).<br>Специальные беговые упражнения.                                                                                                                                                                | двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств                                                                             | действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания                                                                                                                                                                                                    | – осознание своей этнической принадлежности.<br><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов                                |
| 100          | Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (подбор разбега и отталкивание).<br>Метание малого мяча. | 3 нед<br>май |      | Разучить технику прыжка в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (подбор разбега и отталкивание).<br>Метание малого мяча. | Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (подбор разбега и отталкивание, переход планки).<br>Метание теннисного мяча на дальность.<br>Специальные беговые упражнения. ОРУ в движении. | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма | <b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью | <i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности.<br><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |
| 101          | Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов                                                                                   | 4 нед<br>май |      | Совершенствовать технику прыжка в высоту с 5-7 беговых                                                                                 | Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание»                                                                                                                                              | Расширение двигательного опыта за счет упражнений,                                                                                                                          | <b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную.<br><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно стро                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за                                                                                                                               |

| №<br>п/<br>п | Тема урока                                                                                                        | План         | Факт | Основное<br>содержание<br>(решаемые<br>проблемы)                                                                                                        | Виды<br>деятельности –<br>элементы<br>содержания                                                                                                                                           | Планируемые образовательные результаты                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                 |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                                   |              |      |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                            | Предметные                                                                                                                                                                  | Метапредметные<br>УУД                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Личностные                                                                      |
|              | способом «перешагивание» (отталкивание, переход планки). Метание мяча.                                            |              |      | шагов способом «перешагивание» (отталкивание, переход планки). метание теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность.                                        | (подбор разбега и отталкивание, переход планки). Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. ОРУ в движении.                                                     | ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма                                                    | ить сообщения в устной форме.<br><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию                                                                                                                                                                                                            | общее благополучие, готовность следовать нормам здоровья сберегающего поведения |
| 10<br>2      | Метание теннисного мяча на дальность. Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (приземление). | 4 нед<br>май |      | Оценка техники метания теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. Совершенствовать технику прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивание». | Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (приземление). Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. | 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  |

### **Система оценки достижения планируемых результатов**

Оценка уровня освоения рабочей программы основного общего образования по физической культуре осуществляется посредством текущего контроля и промежуточной аттестации учащихся, осуществляемых в процессе изучения учебного предмета «физическая культура». Наряду с проверкой качества освоения учебного материала текущий контроль и промежуточная аттестация способствуют повышению мотивации и стимулированию учебной деятельности учащихся

Текущий контроль и промежуточная аттестация осуществляются в соответствии с локальными актами ГБОУ СОШ с.Старое Ермаково: Положение о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации учащихся; Положение о нормах оценивания знаний и умений учащихся 5-9 классов.

### **Уровень учебных достижений учащихся**

В результате промежуточной аттестации устанавливается уровень учебных достижений учащихся. Уровень учебных достижений определяется по показателям количественной и качественной успеваемости и выделяется высокий, средний, низкий и недопустимый уровни освоения рабочей программы согласно приведенным ниже критериям:

- *высокий уровень обученности* (В) - 64% - 100% качественная успеваемость при 100% количественной успеваемости; количественной успеваемости или 37% - 100% качественная успеваемость при 90% -99% количественной успеваемости;
- *низкий уровень обученности* (Н) - 36% качественная успеваемость и ниже при 90% - 100% количественной успеваемости;
- *недопустимый уровень (Нд.)* при показателях количественной и качественной успеваемости ниже, чем предусмотрено для низкого уровня обученности.

### **Промежуточная аттестация**

Выставление отметки по физической культуре за четверть, полугодие (промежуточная аттестация) осуществляется на основе результатов текущего контроля и преобладающего поурочного балла как среднее арифметическое отметок. При этом учитывается динамика индивидуальных учебных достижений учащихся за конкретный период времени.

Годовая отметка выставляется с учетом четвертных оценок, с учетом индивидуальных учебных достижений на конец учебного года.

Итоговая отметка учащихся выставляется на основе годовой отметки.

### **Нормы оценок**

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащиеся получают положительную оценку по предмету «Физическая культура». Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнения двигательных действий и уровня физической подготовленности. Оценка ставится за технику движений и теоретические знания. При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

#### Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

**Мелкими ошибками** считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

**Значительные ошибки** – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

***Грубые ошибки*** – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

#### Характеристика цифровой оценки (отметки)

##### по основам знаний

***Оценка «5»*** выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

***Оценка «4»*** ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

***Оценку «3»*** учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

Оценивая знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями. С целью проверки знаний используются различные методы. Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок. Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и с несколькими ответами на них. Учащийся должен выбрать правильный. Метод экономичен в проведении. Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы с выполнением конкретного комплекса и т. п.

### **Характеристика цифровой оценки (отметки)**

**по технике владения двигательными действиями (умениями, навыками)**

**Оценка «5»** выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

**Оценка «4»** выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

**Оценка «3»** выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

**Оценка «2»** выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 5-9 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах(бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

### ***Формирование универсальных учебных действий:***

#### **Личностные УУД**

- Ценностно-смысловая ориентация учащихся,
- Действие смыслообразования,
- Нравственно-этическое оценивание

#### **Коммуникативные УУД**

- Умение выражать свои мысли,
- Разрешение конфликтов, постановка вопросов.

- Управление поведением партнера: контроль, коррекция.
- Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.
- Построение высказываний в соответствии с условиями коммутации.

#### Регулятивные УУД

- Целеполагание,
- волевая саморегуляция,
- коррекция,
- оценка качества и уровня усвоения.
- Контроль в форме сличения с эталоном.
- Планирование промежуточных целей с учетом результата.

#### ***Познавательные универсальные действия:***

##### Общеучебные:

- Умение структурировать знания,
- Выделение и формулирование учебной цели.
- Поиск и выделение необходимой информации
- Анализ объектов;
- Синтез, как составление целого из частей
- Классификация объектов.

## **Требования к уровню подготовки обучающихся**

### **(повышенный уровень)**

*Умение применить свои навыки в соревновательной деятельности на внешнем уровне.*

### **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов: устойчивость, прочность, проверяется учителем перед уроком.

## Перечень учебно-методического обеспечения Учебно-методический комплект

### Учебник:

**Авторы:** М.А. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А. Соколкина, Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С. Алёшина, З.В. Гребенщикова, А.Н. Крайнов **Физическая культура 5 – 6 – 7 классы**, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я. Виленского

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

- Журнал «Физическая культура в школе».

### Сайты

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

<http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

<http://www.sportreferats.narod.ru/> Рефераты на спортивную тематику.

России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.

<http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»

### Материально-техническое обеспечение

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;
- скамейки гимнастические;
- канат для лазанья;
- комплект навесного оборудования (перекладины);
- маты гимнастические;
- мячи набивные (1 кг);
- скакалки гимнастические;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- обручи гимнастические;
- планка для прыжков в высоту;
- стойки для прыжков в высоту;
- щиты с баскетбольными кольцами;

- большие мячи (резиновые, баскетбольные);
- стойки волейбольные;
- сетка волейбольная;
- мячи средние резиновые;
- аптечка медицинская.