

<p><b>«Рассмотрено»</b> Руководитель МО <i>М.К.Никитина</i> / М.К.Никитина / ФИО Протокол № <u>1</u> от «<u>30</u>» <u>августа</u> 20<u>18</u> г.</p>	<p><b>«Согласовано»</b> Заместитель руководителя по УВР МБОУ «СШ № 11» <i>Е.Н. Нужина</i> / Е.Н. Нужина / ФИО «<u>31</u>» <u>августа</u> 20<u>18</u> г.</p>	<p><b>«Утверждено»</b> Руководитель МБОУ «СШ № 11» <i>И.А. Карюкина</i> / И.А. Карюкина / ФИО Приказ № <u>47</u> от «<u>03</u>» <u>09</u> 20<u>18</u> г.</p> 
---	---	--

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА

Пытковой Натальи Викторовны, учителя ВКК  
Ф.И.О., категория

Отдельного учебного предмета физическая культура, 7-9 класс  
предмет, класс и т.п.

г. Ачинск  
2018 - 2019 учебный год

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и Программы : Лях В.И. «Физическая культура». Рабочие программы. Предметная линия учебников .М.Я. Виленского, В. И. Ляха. 5-9 классы; пособие для учителей общеобразовательных учреждений /В.И. Лях. – 2-е изд. – М. ; Просвещение. 2016., в соответствии со следующими нормативными документами:

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011;

Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).

Письмо Минобрнауки РФ от 08.10 2010 г. № ИК – 1494/19. О « О введении 3 часа по физической культуре в общеобразовательных учреждениях».

Национальная доктрина образования в РФ. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000г. № 751.

Приказ Минобрнауки РФ «О направлении учебных программ по физической культуре для общеобразовательных учреждений от 06.06 2012г № 19 – 166.

.Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.

О продукции мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499.

О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2016-2020гг. Распоряжение правительства РФ от 29 декабря 2014 год N 2765-р.

Письмо Минобрнауки РФ от 30.05.2012г. №МД – 583/19 «Медико- педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонением и в состоянии здоровья.»

Программа по физической культуре для обучающихся общеобразовательных учреждений, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе «А». 2012г. Москва.

Письмо Минобрнауки РФ от 17.06 2013г № 09-701 «О проекте концепции Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса»

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Все разделы авторской программы в основном сохранены. В связи материально-технической базы школы раздел «Плавание» – заменены «лёгкая атлетика, кроссовая подготовка, волейбол». Программа содержит подготовку сдачи норм ГТО, Всероссийских соревнований школьников «Президентские состязания», соревнований Школьной спортивной лиги.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА

. В программе для 5-9 класса двигательная деятельность, как учебный предмет, представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивная деятельность. Первая содержательная линия «Физкультурно-оздоровительная деятельность» характеризуется направленностью на укрепление здоровья учащихся и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях физической культурой и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга.

Вторая содержательная линия «Спортивная деятельность» соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности учащихся. Занятия физической культурой способствуют созданию максимально благоприятных условий для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка и его самоопределения.

### Цели и задачи

Общей **целью** образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В соответствии с этим программа своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических задач:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;

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

выработка представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;

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

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

выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

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

содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

На уроках физической культуры в 5-9 классах решаются основные задачи, стоящие перед школьной системой физического воспитания.

Одна из главнейших задач уроков — обеспечение дальнейшего всестороннего развития координационных (ориентирование в пространстве, быстрота перестроения двигательных действий, быстрота и точность двигательных реакций, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования силовых, временных и пространственных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы, гибкости) способностей, а также сочетание этих способностей.

Большое значение в подростковом возрасте придается решению воспитательных задач: выработке привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время, воспитанию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни. На уроках физической культуры учитель должен обеспечить овладение учащимися организаторскими навыками проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи; содействовать формированию у подростков адекватной оценки своих физических возможностей и мотивов к самосовершенствованию.

Уроки физической культуры в этих классах содержат богатый материал для воспитания волевых качеств (инициативность, самостоятельность, смелость, дисциплинированность, чувство ответственности), а также нравственных и духовных сторон личности, таких, как честность, милосердие, взаимопомощь, отзывчивость и др. Одновременно с этим учебный материал программы позволяет учителю содействовать развитию у учащихся психических процессов: восприятий, представлений, памяти, мышления.

## МЕСТО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В соответствии с Федеральным базисным учебным планом курс «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс, из расчета 2 часа- 5-8 класс, 3 ч в неделю 9 класс. Вместе с тем, чтобы были условия для реализации творческих программ и инновационных разработок, индивидуальных педагогических технологий и подходов, программа предусматривает выделение определенного объема учебного времени — 20 % (68 часов) от объема времени, отводимого на изучение раздела «Физическое совершенствование». Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010г № 889.

Классы	Количество часов в неделю	Количество часов в год
5	2	68
6	2	68
7	2	68
8	2	68
9	3	102
Итого:	11	374

## ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Ценность жизни— признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы— осознание этого основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы.

Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека – определение его как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, пониманию важности и необходимости соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность семьи – признание её как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА

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 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.

Таблица распределения учебного материала для совершенствования личностных, предметных и метапредметных результатов по годам обучения:

Класс	Разделы программы				Всего часов
	Основы знаний	Двигательные умения и навыки	Развитие двигательных способностей	Совершенствование	
5	3	2	3	-	8
6	3	3	4	-	10
7	3	4	5	3	15
8	2	5	6	3	15

9	2	5	5	8	20
---	---	---	---	---	----

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.

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.

Классы	Личностные результаты	Предметные результаты	Метапредметные результаты
	В области познавательной культуры		
5	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию;	Знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами.	Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
	Формирование осознанного уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку	Знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами.	
6	Воспитание российских граждан идентичности, патриотизма, любви и уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России;	Знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации.	Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

	Формирование ценности ЗОЖ		
7	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;	Знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации.	Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
8	Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе о личностного выбора ;	Знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации.	Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
9	Осознание значения семьи в жизни человека и общества	Знания о ЗОЖ, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.	Понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.
	В области нравственной культуры:		
5	Способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;	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	

6	Способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;	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.	Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
7	Способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении	Умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения.	Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности
8	Способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении	Умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения.	Ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.
9	Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим	Способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.	Ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.
	В области трудовой культуры:		
5	Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и	Добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно

	нагрузки и отдыха;	физической подготовке в полном объеме.	повышающих результативность выполнения заданий.
6	Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха.	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.	Добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий.
7	Умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности.	Способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.	Рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность.
8	Умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям	Способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.	Рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность.
9	Умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям	Способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.	Поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.
	В области эстетической культуры:		
5	Красивая (правильная) осанка, умение ее длительно со-хранять при разнообразных	Способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной	Восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами,

	формах движения и пере движений;	осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;	формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
6	Красивая (правильная) осанка, умение ее длительно со-хранять при разнообразных формах движения и пере движений;	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;	Восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья
7	Хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой.	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;	Понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;  восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного
8	Культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.	Способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.	Понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;  восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного
9	Культура движения, умение передвигаться красиво, легко и	Способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с	Восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм

	непринужденно.	общепринятыми нормами и представлениями.	поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.
	В области коммуникативной культуры:		
5	Владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;	Способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом.	Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
6	Владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;	Способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом.	Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
7	Владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;	Способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения.	Владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
8	Владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической	Способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения.	Владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

	культурой;		
9	Владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.	Способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.	Владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.
	В области физической культуры:		
5	Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;	Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки.	Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения.
6	Владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;	Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки.	Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения.
7	Владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;	Способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;	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.
8	Умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.	Способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма	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
9	Умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.	-	Владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

**История физической культуры.** Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура в современном обществе.

Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережному отношению к природе (экологические требования).

Физическая культура (основные понятия).

**Физическое развитие человека.**

Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.

Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.  
Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели.  
Всестороннее и гармоничное физическое развитие.  
Адаптивная физическая культура.  
Спортивная подготовка.  
Здоровье и здоровый образ жизни. Допинг. Концепция честного спорта.  
Профессионально-прикладная физическая подготовка.  
**Физическая культура человека.** Режим дня и его основное содержание.  
Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.  
Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.  
Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.  
Восстановительный массаж.  
Проведение банных процедур.  
Первая помощь во время занятий физической культурой и спортом.

### СПОСОБЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ (ФИЗКУЛЬТУРНОЙ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

#### **Подготовка к занятиям физической культурой.**

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток и физкульт пауз (подвижных перемен). Планирование занятий физической подготовкой. Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.

Организация досуга средствами физической культуры. Оценка эффективности занятий физической культурой

#### **Самонаблюдение и самоконтроль.**

Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений (технических ошибок).

Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

### ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика с основами акробатики.

#### **Организуемые команды и приёмы.**

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика (девочки).

Опорные прыжки. Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки). Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики). Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях: упражнения на параллельных брусьях (мальчики); упражнения на разновысоких брусьях (девочки).

*Лёгкая атлетика.* Беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Метание малого мяча.

*Спортивные игры.* Баскетбол. Игра по правилам.

*Волейбол.* Игра по правилам.

*Футбол.* Игра по правилам.

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

**Упражнения общеразвивающей направленности.** Общефизическая подготовка.

*Гимнастика с основами акробатики.* Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

*Лёгкая атлетика.* Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

*Баскетбол.* Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

*Футбол.* Развитие быстроты, силы, выносливости.

#### **РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ НА ВИДЫ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА**

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)				
		5класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
1	<b>Базовая часть</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>76</b>
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока				
1.2	Легкая атлетика	14	14	14	14	18
1.3	Спортивные игры баскетбол	13	13	13	13	21
1.4	Гимнастика с элементами акробатики	14	14	14	14	18
1.5	Лыжная подготовка	16	16	16	16	18
2	<b>Вариативная часть</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>25</b>
2.1	Спортивные игры: волейбол	8	8	8	8	18
2.2	Кроссовая подготовка	3	3	3	3	9

2.3	Всего	68	68	68	68	102
-----	-------	----	----	----	----	-----

### **РАБОТА ПО УЧЕБНИКАМ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Освоение знаний о физической культуре позволит ученикам самостоятельно:

- определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми;
- выявлять различия в основных способах передвижения человека;
- определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма;
- определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

- пересказывать тексты по истории физической культуры;
- понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека;
- различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость);
- характеризовать показатели физического развития;
- характеризовать показатели физической подготовки;
- выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений.

Самостоятельные занятия позволят ученикам:

- составлять индивидуальный режим дня;
- отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток;
- оценивать своё состояние (ощущения) после закаливающих процедур;
- составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- моделировать комплексы упражнений с учётом их цели – на развитие силы, быстроты, выносливости.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью позволят ученикам:

- измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями;
- измерять показатели развития физических качеств;
- измерять частоту сердечных сокращений.

Самостоятельные игры и развлечения приучат учеников:

- общаться и взаимодействовать в игровой деятельности;
- организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.

Физкультурно-оздоровительная деятельность позволит ученикам:

- осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий;

- моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств;
- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств;
- осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность обогатит учеников возможностями:

- осваивать универсальные умения, связанные с выполнением спортивных упражнений;
- различать и выполнять строевые команды;
- описывать и осваивать технику разучиваемых упражнений;
- выявлять характерные ошибки при выполнении спортивных упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении спортивных упражнений;
- проявлять физические качества силы, выносливости, быстроты, гибкости и ловкости;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при выполнении спортивных упражнений.

## **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 класс**

**1 четверть: легкая атлетика 9 часов , баскетбол 7 часов**

№ урока	№ урока в четвер	Дата пров.	Тема урока	Технологии	Виды деятельности	Планируемые результаты		
						Предметные	Мета предметные УУД	Личностные УУД
1	1	7 а 7б	ТБ на уроках физической культуры. Контрольное троеборье.	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, разминка в движении, подвижные игры «Бить-бежать и »Лапта»	В Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, правила подвижных игр «Бить- бежать и »Лапта»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> уметь рассказать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Бить- бежать и »Лапта»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
2	2	7 а 7б	Низкий старт Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,
3	3	7 а	Тестирование челночного	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий,	Беговая разминка, тестирование челночного	Знать правила проведения тестирования челночного бега	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

		7б	бега 3х 10м. Разучивание прыжков в длину с разбега	развития навыков самодиагностики	бега 3 х 10 м, подвижная игра «Бить-бежать»	3 х Ю м, разные варианты правил подвижной игры «Бить-бежать»	информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> проходить тест.	отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
4	4	7 а	Тестирование бега на 60 м с высокого старта	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Беговая разминка с мал. мячами, тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
		7б						
5	5	7 а	Разучивание метания мяча с 4-5 шагов разбега и скрестный шаг. Бег до 4мин с	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Беговая разминка с мячами, тестирование метания мешочка на дальность, метания	Знать правила проведения тестирования метания мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега,	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

		7б	ускорениям и по 50-60м.		мешочка с разбега, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мяч на дальность, метать мяч на дальность с разбега, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
6	6	7 а	Прыжок в длину с разбега на результат. Бег до 7мин с 2-3	Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	Знать технику прыжка в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
		7б	ускорениям и по 50-60м.					
7	7	7 а	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка в движении, контрольные прыжки в длину с разбега, подвижная игра «Командные собачки»	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки в футболе»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игр	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
		7б						

8	8	7 а	Бег на 2000 м	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, самодиагностики результатов	Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1500 м, спортивная игра «Футбол»	Знать правила проведения тестирования бега на 1500 м, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> пробегать дистанцию 1500 м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		7б						
9	9	7 а	Преодоление полосы препятствий. Спортивная игра «Футбол»	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения	Разминка в движении, история футбола, техника выполнения пасов, спортивная игра «Футбол»	Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять сохраняя заданную цель <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
		7б						
10	10	7 а	Т,Б, на уроках спорт/игр. Повторение техники	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). <i>Регулятивные:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверст-

		7б	ловли и передач мяча в баскетболе Совершенствование техники быстрых передач мяча со сменой		игра «Защита стойки»	«Защита стойки»	контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру «Защита стойки»	никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
11	11	7 а	Совершенствование техники быстрых передач мяча различным и способами со сменой мест в тройках	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах и тройках на точность, подвижная игра «Капитаны»	Знать, как выполнять броски мяча в парах и тройках на точность, правила подвижной игры «Капитаны»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
		7б						
12	12	7 а	Проведение игры «Линейный баскетбол»	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества,	Разминка с массажными мячами, броски и ловля	Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия

		7б	с элементом ведения и передачи мяча.	самоанализа и коррекции действий	мяча у стены в парах, подвижная игра «Линейный баскетбол»	отскочивший от стены, правила подвижной игры «Линейный баскетбол»	условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Линейный баскетбол»	другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
13	13	7 а	Бросок одной рукой от плеча и ловля мяча	Здоровье-сбережения, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения	Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Линейный баскетбол»	Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Линейный баскетбол»	<b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Линейный баскетбол»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		7б						
14	14	7 а	Закрепление броска по кольцу после ловли. Проведение учебной игры 3х3 с выполнением заданий по защите и нападению	Здоровье-сбережения, педагоги сотрудничества, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Беговая разминка, повторение бросков и ловли мяча и закрепление броска по кольцу после остановки	Знать основные правила игры баскетбол (двойное ведение, пробежка, фол)	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные</b> Знать основные правила игры баскетбол (двойное ведение, пробежка, фол)	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
		7б						

15-16	15-16	7 а	Совершенствование двухсторонней 3х3.	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать <b>рабочие</b> отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать <b>свои действия и</b> действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
		7б						

**2 четверть: баскетбол -2 часов, гимнастика – 14 часов**

17	1	7 а	Тактические действия 2-х нападающих против одного защитника	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо после ведения, спортивная игра «Линейный баскетбол» и «Перестрелка»	Знать технику выполнения ведения и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать <b>рабочие</b> отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать <b>свои действия и</b> действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
		7б						

18	2	7 а	Проведение контроля броска баскетбольного мяча в кольцо после ведения Игра «Линейный баскетбол»	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Специальная разминка с мячом в движении, ведение и броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Линейный баскетбол»»	Знать технику выполнения ведения и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать <b>рабочие</b> отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать <b>свои действия и</b> действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> правильно вести мяч и бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
		7б						
19	3	7 а	Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ с обручами. Повторение акробатических упражнений: мальчишки-кувырки вперед в стойку на лопатках, девочки - мост	Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Разминка, ОРУ с обручем, кувырок вперед с места и с трех шагов, , разучить технику двух кувырков вперёд слитно.	Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, разучить технику двух кувырков вперёд слитно.	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, разучить технику двух кувырков вперёд слитно.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
		7б						

20	4	7 а	Разучивание: мальчики – стойку на голове согнувшись, девочки – кувырок назад в полушпагат.	Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Разминка, ОРУ с обручем повторение техники двух кувырков вперёд слитно, разучить комбинацию-кувырок вперёд, назад, стойка на лопатках.	Знать технику выполнения комбинации - кувырок вперёд, назад, стойка на лопатках.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию-кувырок вперёд, назад, стойка на лопатках	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств
		7б						
21-22	5-6	7 а	Два кувырка вперёд слитно. Мост из положения стоя с помощью.	Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуально личностного обучения	Разминка со скакалками, лазанье по канату в три и два приема, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Будь осторожен»	Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
		7б						
23-24	7-8	7 а	Проверка кувырков назад. Разучивание акробатического	Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуально	Разминка со скакалками, лазанье по канату в три приёма,	Знать технику лазанья по канату в два и три приема,	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли

		76	о соединения. Игра с элементами акробатики	личностного обучения	акробатического о соединения. Игра с элементами акробатики,	прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры с элементами акробатики	помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру с элементами акробатики	обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
25-26	9-10	7 а	Оценивание у мальчиков стойку на голове согнувшись, у девочек – кувырок назад в полушпагат.	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, проблемного обучения	Разминка ОРУ типа зарядки, акробатические упражнения, лазание по канату и игровое упражнение на внимание	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
		76	ОРУ типа зарядки. .					
27-28	11-12	7 а	Упражнения в равновесии на бревне (з), Обучение опорному прыжку: мальчики – согнув ноги	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, проблемного обучения	Разминка на гимнастических скамейках, упражнения на гимнастическом бревне, опорный прыжок через козла «ноги врозь»	Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, как правильно выполнить опорный прыжок через козла «ноги врозь»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять упражнения на гимнастическом бревне и опорный прыжок через козла «ноги врозь»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
		76	через козла в длину; девочки – ноги врозь через козла в ширину.)					

29-30	13-14	7 а	Обучение: мальчики – переворот в упор толчком двух ног на перекладине; девочки – переворот в упор махом одной и толчком другой..	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, индивидуально-личностного обучения	Разминка с обручами, лазанье по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами, подъём переворотом, опорный прыжок.	Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения виса завесом одной и двумя ногами, правильное выполнение подъёма переворотом и опорного прыжка.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> лазать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, выполнять подъём переворотом и опорный прыжок..	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		7б						
31	15	7 а	Закрепление техники переворотов. Разучивание: мальчики – соединение на перекладине.	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, индивидуально-личностного обучения	Разминка с обручами, вис присев и лёжа, , подъём переворотом, опорный прыжок.	Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику висов, правильное выполнение подъёма переворотом и опорного прыжка.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> лазать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, выполнять подъём переворотом и опорный прыжок..	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		7б	Совершенствование опорного прыжка: ноги врозь и согнув ноги.					

32	16	7 а	Оценивание: мальчики - переворот в упор, девочки – махом одной и толчком другой переворот.	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка под музыку (аэробика), тестирование подъёма переворотом	Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, подъёма переворотом	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, подъёме переворотом.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		7б	Совершенствование соединения на перекладине. Тренировка в подтягивании. Круговая тренировка					

**3 четверть: - лыжная подготовка- 16часов, Баскетбол-4 часа**

33	1	7 а	Т.Б. на уроках лыжной подготовки. Отработка техники попеременных ходов.	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, коллективного выполнения задания	Организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и инвентарь, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, передвигаться на лыжах без лыжных палок	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		7б						

34	2	7 а	Оценивание техники попеременного двухшажного хода. Совершенствование техники одновременных лыжных ходов. Поворот махом.	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, педагогики сотрудничества	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, повороты на лыжах переступанием и махом	Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием на лыжах	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
		7б						
35	3	7 а	Совершенствование одновременного бесшажного хода подъема и спуски на склонах. Эстафеты с передачей палок с этапом до 200м.	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Попеременный и одновременный безшажный ход на лыжах, повороты на лыжах прыжком	Знать технику выполнения попеременного и одновременного бесшажного хода на лыжах, а также поворотов на лыжах прыжком	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным безшажным ходом	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
		7б						
36	4	7 а	Оценивание техники одновременного бесшажного хода. Прохождение 1км со средней	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попере-	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование

		76	скоростью.		ход на лыжах, правила обгона на лыжне	менным одношажным ходом, правила обгона на лыжне	заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах попеременным и одновременным бесшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной	установки на безопасный, здоровый образ жизни
37	5	7 а	Одновременный бесшажный и одношажный ход на лыжах	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения	Лыжные ходы, одновременный бесшажный и одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне	Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах различными ходами, обгонять на лыжной трассе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
		76						
38	6	7 а	Одновременный бесшажный и одношажный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные	Лыжные ходы, одновременный бесшажный и	Знать различные варианты передвижения на лыжах, пра-	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной

		76	ход на лыжах(з)	е , развивающего обучения	одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне	вила обгона на лыжне	<i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах различными ходами, обгонять на лыжной трассе	роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной
39	7	7 а	Подъем в гору скользящим шагом. Совершенствование подъемов елочкой и спуски с поворотами вправо и влево.	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, проблемного обучения	Прохождение дистанции 1,5 км,	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах,	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 2 км,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
		76	Прохождение дистанции до 2км.					
40	8	7 а	Оценивание подъема елочкой и спуск с поворотами вправо и влево.	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», скользящим шагом. спуск со склона в	Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», скользящим	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> кататься на лыжах, применяя различные	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной
		76	Прохождение 2км с 2-3 ускорениями					

41	9	7 а	Совершенствование техники торможения плугом и упором.	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, проблемного обучения	Прохождение дистанции 2 км, катание со склона в низкой стойке, свободное катание	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой стойке	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
		7б	Прохождение 2км с переменной скоростью.					
42	10	7 а	Совершенствование техники торможения плугом и упором, технику подъемов и спусков.	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, коллективного выполнения задания	Лыжные ходы, подъемы на склон и спуски со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой»	Знать технику выполнения лыжных ходов, подъема на склон и спуска со склона; торможения «плугом», спуска со склона «змейкой»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, спускаться со склона и подниматься на склон, тормозить «плугом», спускаться со склона «змейкой»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		7б	Пройти 2км со средней скоростью. Передвижение и спуск на лыжах					
43	11	7 а	Оценивание результата на дистанцию 2км. Совершенствовать технику	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции	Передвижение на лыжах, передвижение «змейкой», спуск со склона	Знать, как передвигаться на лыжах, правила обгона и расчёт сил на	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций,

		76	катания с гор. Подвижная игра на лыжах «Накаты»	действий	«змейкой», подвижная игра «Накаты»	дистанции «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила по-	результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
44	12	7 а	Встречные эстафеты с использованием склона до 150м.	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Эстафета, техника лыжного хода.	Как выполнять эстафету по этапам.	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
		76						
45	13	7 а	Игра «Гонка с выбыванием» по кругу 200 м. Прохождение дистанции 2 км на лыжах	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	«Гонка с выбыванием», техника лыжного хода.	Как выполнять «Гонка с выбыванием» по кругу 200 м.	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		76						
46	14	7 а	Прохождение дистанции 3 км на лыжах	Здоровье-сбережения, развития исследователь-	Прохождение дистанции 3 км, катание со склона в	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки.

		76		ских навыков, проблемного обучения	низкой стойке, свободное катание	2 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке	цели. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой стойке	
47	15	7 а	Подвижные игры на спуске «Слалом гигант», «Не задень ворота»	Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Спуск со склона в низкой стойке, подвижная игра на лыжах «Накаты», подвижная игра на лыжах «Слалом гигант» «Не задень ворота»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Слалом гигант» «Не задень ворота»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Слалом гигант» и «Подними предмет»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		76						
48	16	7 а	Контрольный урок по лыжной подготовке	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий,	Лыжные ходы, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, пе-	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной

		76		развития навыков обобщения и систематизации знаний	склон скользящим шагом спуск со склона в основной стойке, спуск с упражнением «Подними предмет», торможение «плугом и упором»	редвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон скользящим шагом, спускаться со склона в основной стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет»	самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон скользящим шагом, спускаться со склона в основной стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет»	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
49	17	7 а	Совершенствование техники быстрых передач мяча различными способами со сменой мест в тройках	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах и тройках на точность, подвижная игра «Капитаны»	Знать, как выполнять броски мяча в парах и тройках на точность, правила подвижной игры «Капитаны»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям

		76						
50	18	7 а	Проведение игры «Линейный баскетбол» с элементом ведения и передачи мяча.	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча у стены в парах, подвижная игра «Линейный баскетбол»	Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Линейный баскетбол»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
		76						
51-52	19-20	7 а	Бросок одной рукой от плеча и ловля мяча	Здоровье-сбережения, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения	Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Линейный баскетбол»	Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Линейный баскетбол»	<b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Линейный баскетбол»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		76						
		76						
<b>4 четверть: волейбол- 8 часов, легкая атлетика и кроссовая подготовка-8 часов.</b>								
53-54	1-2	7 а	Волейбольные упражнения.	Здоровье сбережения,	Разминка с мячом,	Знать, какие Волейбольные	<b>Коммуникативные:</b> взаимодействовать со	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола

		76	Подача мяча сверху.	проблемного обучения, развивающего обучения	волейбольные упражнения, подвижная игра «Американка»	упражнения бывают, правила подвижной игры «Американка»	сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий волейбола. <i>Регулятивные:</i> уважительно относиться к партнеру. <i>Познавательные:</i> выполнять волейбольные упражнения, играть в	
55-56	3-4	7 а	Закрепление подачи мяча сверху. Обучение приёму мяча снизу. Игра у сетки.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, Приём и передача мяча через сетку после подбрасывания, нижняя прямая подача и приём мяча снизу..	Научится технике приема и передачи мяча снизу, и технике прямой нижней подачи.	<i>Коммуникативные:</i> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий волейбола. <i>Регулятивные:</i> уважительно относиться к партнеру. <i>Познавательные:</i> моделировать технику игровых действий и приемов.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола. Осуществлять судейство игры.
		76						
57-58	5-6	7 а	Совершенствовать подачу и приёмы мяча. Игра в пас через игрока третьей зоны.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, Приём и передача мяча через сетку после передачи игрока 3-й зоны, нижняя прямая подача и приём	Научится технике приема и передачи мяча с низу, и технике прямой нижней подачи, игре в пас.	<i>Коммуникативные:</i> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий волейбола. <i>Регулятивные:</i> уважительно относиться к партнеру. <i>Познавательные:</i> моделировать технику игровых действий и приемов.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола. Осуществлять судейство игры.
		76						
59-60	7-8	7 а	Контрольный урок по волейболу. Игра «Мини-	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции	Разминка с мячом в движении, умения из	Знать технику выполнения волейбольных упражнениях,	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола. Осуществлять судейство игры.

		76	волейбол»	действий, педагогики сотрудничества	области волейбола, подвижная игра «Мини-волейбол»	правила спортивной игры «Мини-волейбол»	коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. <i>Познавательные:</i> применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в спортивную игру «Мини-волейбол»	
		76						
61	9	7 а	Т.Б. на уроках лёгкой атлетики. Тестирование метания малого мяча на точность	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на точность, спортивная игра «Лапта»	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Лапта»	<b><i>Коммуникативные:</i></b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <b><i>Регулятивные:</i></b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b><i>Познавательные:</i></b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Лапта»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками социальных в ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
		76						
62	10	7 а	Низкий старт, стартовый разгон. Беговые упражнения. Бег 30м. Тестирова-	Здоровье сбережения, коллективного выполнения	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной	<b><i>Коммуникативные:</i></b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. <b><i>Регулятивные:</i></b> самостоятельно	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям,

		76	ние прыжка в длину с места	задания, проблемного обучения	«Командные хвостики», «Бить-бежать»	игры «Командные хвостики», «Бить-бежать»	выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Командные хвостики», «Бить-бежать»	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
63	11	7 а	Тестирование бега на 60 м с высокого старта	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Беговая разминка с мешочками, тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
		76						
64	12	7 а	Тестирование челночного бега 3x10м	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Беговая разминка, тестирование челночного бега 3 x Ю м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x Ю м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,
		76						

65	13	7 а	Прыжок в длину с 11-15 шагов разбега (совершенствование). Обучение метания мяча на дальность	Здоровье сбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега и метание мяча, спортивная игра «Футбол»	Знать технику прыжка в длину с разбега и метания мяча с места, правил спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
		7б						
66	14	7 а	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка в движении, контрольные прыжки в длину с разбега, подвижная игра «Командные собачки»	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Командные собачки»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
		7б						
67	15	7 а	Бег на 1000 м	Здоровье сбережения, развития исследовательских навыков, самодиагностики результатов	Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол»	Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> пробежать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		7б						

68	16	7 а	Кроссовая подготовка 3 км. Подвижные и спортивные игры	Здоровье сбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний, педагогики сотрудничества	Разминка в движении, спортивные и подвижные игры, подведение итогов четверти и года	Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр, как подводить итоги года	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.-</p> <p><i>Познавательные:</i> играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
		7б						

Календарно-тематическое планирование 8 класс

	Тема	Виды деятельности	Предметные результаты	УУД				Дата плани ни	Дата фак т
				регулятивные	коммуникатив ные	лично стные	познавательные		
1	Л/атлетика  Организационно-методические указания. Инструктаж по охране труда.  Развитие скоростных качеств. (РСК) Специальные беговые упражнения.	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: обсуждение правил техники безопасности на занятиях легкой атлетикой; групповая работа по выполнению специальных беговых коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания ; выполнение низкого старта и стартового разгона; Медленный бег 1500м- (м) 1000 м – (дев) Линейные эстафеты с этапом (до 60 м) РСК	Знать и понимать требования инструкций по технике безопасности; знать технику выполнения специальных беговых упражнений; научиться пользоваться учебником	формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников	Формировать навыки продуктивного взаимодействия между сверстниками и педагогами	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний	Объяснять, зачем необходимо знать правила техники безопасности, уметь показать технику выполнения специальных беговых упражнений	8а	
								8б	
2	Л/атлетика  Развитие скоростных	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний	Знать правила выполнения	формировать умение адекватно понимать оценку	формировать навыки и способность	Развитие мотивов учебной	уметь показать технику выполнения специальных беговых	8а 8б	

	<p>способностей. Эстафетный бег. КДП: Бег 30м, Прыжки в дл. с/м. <b>Урок-соревнования</b></p>	<p>(понятий, способов действий): коллективное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений (ОРУ); выполнение по алгоритму следующего задания: строевые упражнения, специальные беговые упражнения, при консультативной помощи учителя, с последующей взаимопроверкой; бег с ускорением (30-60 м) в парах; Повторение стартов из различных положений; беседа о влиянии легкоатлетических упражнений на различные системы организма обучающегося.</p>	<p>специальных беговых упражнений; стартов из различных положений; способы развития скоростных способностей.</p>	<p>взрослого и сверстников</p>	<p>управлять своими эмоциями в процессе занятий физической культурой, владеть умением предупреждать конфликтные ситуации</p>	<p>деятельность и формирование личностного смысла учения</p>	<p>упражнений, демонстрировать стартовый разгон в беге на короткие дистанции;</p>		
3	<p>Л/атлетика Техника бега. Развитие скоростных способностей. Специальные беговые упражнения. <b>Урок-соревнования</b> КДП: Бег 30м Приёмы самоконтроля</p>	<p>Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): выполнение комплекса ОРУ при консультативной помощи учителя с последующей самопроверкой по алгоритму выполнения задания; выполнение специальных беговых упражнений в парах; бег на результат 30 м в парах; беседа о приёмах самоконтроля</p>	<p>Знать: как выполнять бег с максимальной скоростью на дистанции 30 м с высокого старта, технику прыжка в длину с места</p>	<p>уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, осуществлять итоговый контроль</p>	<p>уметь точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и, способности управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий</p>	<p>уметь демонстрировать бег с максимальной скоростью, демонстрировать финальное усилие</p>	8а	8б

4	Л/атлетика  Развитие скоростных способностей.. Спринтерский бег, эстафетный бег	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний: коллективное выполнение комплекса ОРУ, повторение ранее пройденных строевых упражнений в парах; бег в парах с высокого старта до 15 м; бег с ускорением до 50 м при проведении групповых эстафет; КУ: Бег 60 м с низкого старта; Бег- 800м (м) – 500м (д);  беседа о двигательном режиме .	Знать, как выполнять бег с максимальной скоростью на дистанции 60 м	уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, осуществлять итоговый контроль.	уметь точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой.	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений	уметь демонстрировать бег с максимальной скоростью, продемонстрировать стартовый разгон и финальное усилие	8а  8б	
5	Л/атлетика  Развитие выносливости. Тактика бега на средние дистанции.  Тест по ОФП.	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний: изучение комплекса общеразвивающих упражнений в движении; коллективное выполнение специальных беговых упражнений; групповое выполнение бега на 1000 м при консультативной помощи учителя; беседа о реакции организма на различные физические нагрузки; Тест по ОФП: подтягивание, поднимание ног в висе на г/стенке	Знать, как проводить ОРУ в движении, специальные беговые упражнения, тактику бега средние дистанции	уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников	сохранять доброжелательное отношение к товарищам и учителю, адекватно реагировать на замечания.	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности при выполнении тестовых упражнений по ОФП	уметь пробегать среднюю дистанцию в равномерном темпе	8а  8б	
6	Л/атлетика  Развитие выносливости.  Бег на средние дистанции.	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию, систематизации изучаемого предметного содержания:	Знать, как выполнять ОРУ в движении; специальные упражнения	формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.	точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелат	Уметь: подбирать разбег в прыжках в длину; применять прыжковые упр. для развития физ. качеств; правильно	8а	

	Прыжки в длину с разбега	комплексное повторение общеразвивающих упражнений в движении; выполнение в подгруппах специальных упражнений прыгуна; КУ: бег на 1000 м. Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний: изучение техники прыжка в длину с 5-7 шагов разбега; беседа об одежде и обуви на уроках л/атлетики	прыгуна; тактику бега на 1000 м.		физической культурой	ельности, соперения чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества, умения не создавать конфликты	подбирать одежду и обувь на занятия по л/атлетике	8б	
7	Л/атлетика Развитие скоростных способностей. Специальные беговые упражнения. Прыжки в длину с разбега. <b>Урок-соревнования</b>	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию, систематизации изучаемого предметного содержания: комплексное повторение общеразвивающих упражнений в движении; специальных беговых упражнений; выполнение в подгруппах специальных прыжковых упражнений; совершенствование техники прыжков в длину с разбега; беседа на тему: «Питание и питьевой режим».	Описывать технику прыжков в длину с разбега, осваивать её с выявлением и устранением типичных ошибок.	формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний	формулировать цель и задачи занятий физическими упражнениями	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности, соперения чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества, умения не создавать конфликты	Уметь демонстрировать технику пройденных легкоатлетических упражнений в целом	8а	8б
8	Л/атлетика Развитие силовых качеств. Метание	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний: выполнение при консультативной помощи учи-	описывать технику выполнения легкоатлетических	выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения	взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного	ориентироваться на понимание причин успеха в	оценивать правильность выполнения учебных задач	8а	

	малого мяча на дальность Преодоление полосы препятствий (6-8 препятствий). <b>Урок-соревнования</b>	теля комплекса ОРУ в парах на сопротивление; закрепление техники метания малого мяча на дальность; прохождение полосы препятствия в подгруппах; беседа о влиянии физических упражнений на развитие телосложения.	упражнений; демонстрировать вариативное исполнение упражнений в метании мяча на дальность; метать мяч на дальность 4-5 бросковых шагов		освоения легкоатлетических упражнений	учебной деятельности, самоанализ и контроль результата		8б	
9	Л/атлетика Развитие выносливости Бег на длинные дистанции. КУ: Бег 100м; Кросс 3000м (без учёта времени). <b>Урок-соревнования</b>	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы: выполнение комплекса ОРУ с гимнастической скакалкой; сдача контрольных упражнений по легкой атлетике: Бег 100м в парах, Кросс 3000м (без учёта времени) в подгруппах; комментирование выставленных оценок; беседа о влиянии возрастных особенностей организма на физическое развитие школьника	Знать технику и тактику бега на длинные дистанции; распределять силы на длинной дистанции	соблюдать правила безопасности, планировать свои действия	формулировать собственное мнение и позицию	Умение максимально проявлять свои физические способности при выполнении зачётных упражнений	Контролировать физическую нагрузку по ЧСС  уметь демонстрировать бег с максимальной скоростью, продемонстрировать финальное усилие	8а  8б	
10	Спортигры Баскетбол Игра по правилам. Технические приёмы игры в	Выполнение ОРУ с мячом; групповое совершенствование технических приёмов: ведение мяча с изменением направления после ловли мяча в движении; бросок одной рукой от головы после получения мяча в	Знать, как выполняются изученные технические приёмы; доказать, чем знаменателен	оценивать правильность выполнения действий	взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения игровых	варьировать технику игровых действий и приёмов, в зависимости от ситуаций,	Организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществлять судейство	8а	



		Ловля в движении – ведение-бросок одной рукой от головы после двух шагов.				вительные и спортивные мероприятия			
13	Спортигры баскетбол.  Сочетание приёмов. Совершенство вание изученных приёмов, в двусторонней игре.  Развитие двигательных качеств	Выполнение ОРУ в движении; спецразминка баскетболиста; работа по сочетанию приёмов: Ловля в движении – ведение-бросок одной рукой от головы после двух шагов; совершенствование изученных приёмов, в двусторонней игре. РДК: Серийные прыжки с доставанием ориентиров. беседа на тему: «Основные причины травматизма».	Знать: правила игры в баскетбол; владеть основными приёмами игры; выполнять специально подобранные упражнения	контролировать свои действия и действия соперника	устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений	Определять степень утомления организма во время игровой деятельности, предупреждая ситуации травматизма	анализировать двигательные действия, устранять ошибки	8а  8б	
14	Спортигры баскетбол.  Технические и тактические действия в защите и нападении. Развитие двигательных качеств  <b>Урок-соревнования</b>	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): комплексное выполнение ОРУ в движении; спецразминка баскетболиста; Броски по кольцу в прыжке; изучение технических и тактических действий в защите и нападении е: действие двух нападающих против одного защитника; подстраховка, личная опека. Закрепление изученного в Учебно-тренировочной игре на 1 шит. Линейная эстафета с отягощениями, беседа на тему	Описывать технические и тактические действия в защите и нападении; осваивать их самостоятельно	выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации	обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	проявлять навыки сотрудничества в разных ситуациях	ориентироваться в разнообразии способов решения задач	8а  8а	

		:«Первая помощь при травмах».							
15	Баскетбол Технические и тактические действия в защите и нападении. Развитие двигательных качеств	Самостоятельное выполнение ОРУ с мячом; в парах-спецразминки баскетболиста; работа по совершенствованию командных тактических действий: в нападении и в защите. Повторение различных введений и передач мяча. Броски по кольцу после ведения. Броски по кольцу в прыжке. 2-сторонняя игра 4x4	Знать: правила игры в баскетбол; владеть основными приёмами игры; выполнять специально подобранные упражнения	взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения и освоения техники игровых приемов и действий	уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.	выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности	Моделировать технику игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих во время игры	8а 8б	
16	Баскетбол Технические и тактические действия в защите и нападении. Развитие двигательных качеств	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): комплексное выполнение ОРУ в движении; спецразминка баскетболиста; совершенствование технических и тактических действий в защите и нападении: действие двух нападающих против одного защитника; подстраховка, личная опека в двухсторонней игре 4x4	Описывать технические и тактические действия в защите и нападении; осваивать их самостоятельно	уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату	уметь вести диалог, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых	Моделировать технику игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих во время игры	8а 8б	

						результатов в физическом совершенстве			
17	<p>Гимнастика.</p> <p>Техника безопасности на уроках гимнастики.</p> <p>Акробатические упражнения и комбинации. Упражнения в равновесии.</p> <p>Развитие координационных способностей.</p>	<p>Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания:</p> <p>изучение инструкций по технике безопасности на занятиях по гимнастике и единоборствам; выполнение строевых упражнений в движении; ритмической разминки; групповое повторение ранее изученных акробатических элементов; элементов в равновесии; разучивание элементов зачетной акробатической комбинации в подгруппах: кувырок назад из стойки на лопатках в полушпагат; кувырок назад в упор стоя ноги врозь; из упора присев перекаат назад в стойку на лопатках, перекаат вперёд в упор присев; беседа на тему: «Самоконтроль по ЧСС и дыхания»;</p> <p>проведение в подгруппах эстафет с элементами равновесия</p>	<p>Знать технику безопасности на уроках гимнастики; знать, как выполнять строевые упражнения в движении; выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений</p>	<p>уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p>	<p>добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов; формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей</p>	<p>уметь объяснить технику безопасности на занятиях по гимнастике, ориентироваться в схемах, таблицах, знать терминологию и выполнять задание, исходя из словесного описания упражнений</p>	8а	8б

18	<p>Гимнастика</p> <p>Комбинации на снарядах, бревне, опорные прыжки.</p> <p>Развитие гибкости, координационных способностей.</p>	<p>Выполнение строевых упражнений в движении; самостоятельное проведение ритмической разминки при консультативной помощи учителя; самостоятельное разучивание элементов зачетных комбинаций в подгруппах: на брусьях (мальчики); упражнения в равновесии -связка из трёх прыжков-(бревно-девочки); прыжок через гимнастического козла ноги врозь; стрейчинг: серия упражнений на растяжку; беседа на тему: «Режим дня школьника».</p>	<p>Знать как планировать упражнения ритмической гимнастики в различных формах занятий физической культурой</p>	<p>формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее с соответствии с требованиями.</p>	<p>выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации</p>	<p>формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>выявление индивидуальных деталей техники двигательного действия на основе собственного опыта и опыта товарищей;</p>	8а	8б
19	<p>Гимнастика.</p> <p>Изучение комбинаций на снарядах, упражнения бревне, вольные упражнения, опорные прыжки.</p> <p>Развитие гибкости, координационных способностей</p>	<p>Выполнение строевых упражнений; самостоятельное проведение ритмической разминки; разучивание элементов зачетных комбинаций в подгруппах: (акробатика, бревно, брусья); прыжок через гимнастического козла ноги врозь; самостоятельное составление вольных упражнений с использованием изученных элементов акробатики; выполнение серия упражнений на гибкость по индивидуальным карточкам; беседа о влиянии физических упражнений на развитие</p>	<p>Знать как использовать упражнения ритмической гимнастики в различных формах занятий физической культурой</p>	<p>формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату</p>	<p>формировать навыки работы в группе с узкой специализацией,</p>	<p>развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей</p>	<p>Уметь анализировать технику изученных элементов акробатики; составлять из них связки</p>	8а	8б





	качеств	комбинации на снарядах; Акробатика дев.: равновесие, выпад вперед и кувырок вперед, Мост из положения стоя - встать  М. Из упора присев силой стойка на голове и руках, Длинный кувырок с 3-4 шагов разбега; беседа об особенностях построения и содержания самостоятельных занятий по ОФП. выполнение серии ударных упражнений на мышцы бр.пресса и спины.	акробатических упражнений и упражнений на снарядах	итоговый контроль	устанавливать рабочие отношения,	попущки; формирование эстетических потребностей, ценностей	упражнений и зачетных комбинаций на снарядах в целом	8б	
24	Гимнастика. Акробатика Развитие физических качеств	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное проведение ритмической разминки; в подгруппах совершенствование зачетных комбинации на снарядах; Акробатика дев.: Равновесие, выпад вперед и кувырок вперед, Мост из положения стоя - встать  М. Из упора присев силой стойка на голове и руках, Длинный кувырок с 3-4 шагов разбега; шейпинг:  выполнение серии ударных упражнений на развитие гибкости	Знать методику построения комплексов ритмической разминки	формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.	уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.	Иметь представление о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.	находить нужную информацию в учебнике и Интернете по развитию физических качеств	8а  8б	
25	Гимнастика Элементы	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное проведение ритмической	Иметь понятие о единоборствах и об основных	формировать умение сохранять	формировать навык учебного	Развитие мотивов учебной	уметь демонстрировать технику	8а	

	<p>единоборств.</p> <p>Развитие гибкости, координационных способностей</p> <p>История и значение единоборств.</p> <p><b>Урок-соревнования</b></p>	<p>разминки; в подгруппах совершенствование зачетных комбинации на снарядах; стрейчинг- самостоятельное разучивание комплекса упражнений на растяжку и гибкость по карточкам, беседа об основных формах занятий физической культурой; ознакомление историей единоборств.</p>	<p>формах занятий физической культурой;</p>	<p>заданную цель, адекватно оценивать свои физические силы и действия, а также действия товарищей</p>	<p>сотрудничества в ходе индивидуальной работы, уважительно относиться к товарищам и учителю</p>	<p>деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья</p>	<p>выполнения акробатических упражнений и зачетных комбинаций на снарядах в целом</p>	86	
26	<p>Гимнастика</p> <p>Акробатика</p> <p>Лазанье.</p> <p>Элементы шейпинга:</p> <p>Развитие координации, силовых качеств</p>	<p>Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; контроль и самоконтроль изученных понятий, алгоритма проведения самопроверки и взаимопроверки: выполнение контрольных заданий по алгоритму с последующей самопроверкой по памятке выполнения задания; коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания; комментирование выставленных оценок; групповое выполнение серии ударных</p>	<p>Знать о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма</p>	<p>умение сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои физические силы и действия, а также действия товарищей</p>	<p>уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование</p>	<p>уметь показать технику выполнения акробатических упражнений и зачетных комбинаций на снарядах</p>	8а	86

		упражнений для укрепления мышц спины и брюшного пресса; беседа о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма				установки на безопасный и здоровый образ жизни			
27	Гимнастика Шейпинг . Элементы единоборств Развитие двигательных качеств.	Самостоятельное проведение ритмической разминки; в подгруппах- шейпинг – комплекс упр. на гибкость- индивидуальная работа по карточкам; в парах- участие в подвижных играх с элементами единоборств: «Петушиный бой», «Перетягивание, сидя на полу»; беседа об основных причинах травматизма.	Знать инструкции по предупреждению травматизма	умение сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои физические силы и действия, а также действия товарищей	уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли,	Мотивировать соблюдение инструкции техники безопасности	8а	8б
28	Гимнастика. Фитнес. Развитие гибкости, координационных способностей. Элементы единоборств.	Самостоятельное проведение ритмической разминки; выполнение в подгруппах элементов фитнеса: упражнения с фитболами и комплекса тай бокса; ознакомление с элементами единоборств: приёмы борьбы за выгодное положение, закрепление в игре «Борьба за выгодное положение»; беседа об одежде и обуви единоборцев.	Знать различие подготовительных и подводящих упражнений	уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, осуществлять итоговый контроль	сохранять добро-желательное отношение к товарищам и учителю, адекватно реагировать на замечания	Развитие мотивов учебной деятельности, способности управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой	уметь показать приёмы борьбы за выгодное положение	8а	8б



	баскетбол. Технические и тактические действия в защите и нападении. Развитие двигательных качеств <b>Урок-соревнования</b>	умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): комплексное выполнение ОРУ в движении; спецразминка баскетболиста; Броски по кольцу в прыжке; изучение технических и тактических действий в защите и нападении: действие двух нападающих против одного защитника; подстраховка, личная опека. Закрепление изученного в Учебно-тренировочной игре на 1 шит. Линейная эстафета с отягощениями, беседа на тему :«Первая помощь при травмах».	технические и тактические действия в защите и нападении; осваивать их самостоятельно	действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации	помощью, формулировать свои затруднения	навыки сотрудничества в разных ситуациях	в разнообразии способов решения задач	8а	
32	Баскетбол Технические и тактические действия в защите и нападении. Развитие двигательных качеств	Самостоятельное выполнение ОРУ с мячом; в парах-спецразминки баскетболиста; работа по совершенствованию командных тактических действий: в нападении и в защитеПовторение различных введений и передач мяча. Броски по кольцу после ведения. Броски по кольцу в прыжке. 2-сторонняя игра 4х4	Знать: правила игры в баскетбол; владеть основными приёмами игры; выполнять специально подобранные упражнения	взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения и освоения техники игровых приемов и действий	уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.	выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности	Моделировать технику игровых действий и приёмов , варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих во время игры	8а  8б	
33	Лыжная подготовка Техника безопасности по лыжной подготовке	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение инструкций по технике безопасности на занятиях по лыжной	Знать технику безопасности на уроках по лыжной подготовке, действия при возникновении	уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.	добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий,	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения,	знать технику безопасности на занятиях по лыжной подготовке, уметь передвигаться на лыжах	8а	

		подготовке, правил поведения во время занятий; температурных норм при занятиях на лыжах; индивидуальная работа по подбору лыжного инвентаря; коллективное выполнение специальных упражнений на лыжах; проведение в подгруппах игры на лыжах; беседа о признаках различной степени утомления и что делать при их появлении.	утомления		вопросов,	принятие и освоение социальной роли;	попеременными ходами	8б	
34	Лыжная подготовка Совершенство вание изученных ходов Вкатывание Выработка общей выносливости.	Фронтальное выполнение строевых приёмы на лыжах: повороты переступанием, махом вперёд и назад через лыжу; совершенствование изученных ходов на учебной лыжне; групповая игра «Вызов номеров». Вкатывание: м.– 3 км; д.– 2,5 км; Выработка общей выносливости.	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения попеременных ходов	формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов,	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей;	уметь выполнять специальные упражнения на лыжах, передвигаться на лыжах попеременным двух шажным ходом	8а 8б	
36	Лыжная подготовка Совершенство вание изученных ходов Вкатывание Выработка общей	Фронтальное выполнение строевых приёмы на лыжах: повороты махом вперёд и назад через лыжу; совершенствование изученных ходов на учебной лыжне; ознакомление с правилами самостоятельного выполнения упражнений, способствующих развитию выносливости; Вкатывание: м.–	Знать технику выполнение строевых приёмов на лыжах: повороты махом вперёд и назад через лыжу, попеременного двухшажного	формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.	уметь слушать и слышать друг друга и учителя, владеть культурой речи, проявлять к собеседнику внимание, интерес и ува-	Формирование умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом	уметь выполнять специальные упражнения на лыжах, передвигаться на лыжах попеременным двух шажным ходом	8а 8б	

	выносливости <b>Урок-соревнования</b>	2 км; д.– 1,5 км; беседа о двигательном режиме.	хода.		жение	совершенстве			
37	Лыжная подготовка Совершенство вание техники п/п 2х шажного хода. Вкатывание  Выработка общей выносливости	Фронтальное выполнение строевых приёмы на лыжах: повороты махом вперёд и назад через лыжу; совершенствование техники п/п 2х шажного хода. на учебной лыжне; Выработка общей выносливости, Вкатывание: М -3км; Д – 2 км; групповая игра «Смена лидеров»;  беседа о влиянии занятий физкультурой на вредные привычки.	Знать технику выполнение строевых приёмов на лыжах; о влиянии занятий физкультурой на вредные привычки.	формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.	принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей	уметь выполнять специальные упражнения на лыжах, моделировать передвижение на лыжах попеременным двух шажным ходом	8а	8б
38	Лыжная подготовка Совершенство вание техники п/п 2х шажного хода. Вкатывание  Выработка общей выносливости	Фронтальное выполнение строевых приёмы на лыжах: повороты махом вперёд и назад через лыжу; совершенствование техники п/п 2х шажного хода. на учебной лыжне; Выработка общей выносливости, Вкатывание: М -3км; Д – 2 км; групповая игра «Смена лидеров»;	Знать технику выполнение строевых приёмов на лыжах; о признаках различной степени утомления и что делать при их появлении.	осознавать себя как личность, способную к преодолению препятствий и самокоррекции.	сохранять добро-желательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие способности активно включаться в совместные физкультурно-	уметь проходить заданную дистанцию попеременным двухшажным ходом, владеть знаниями о зимних видах спорта	8а	8б

						оздоровительные и спортивные мероприятия			
39	Лыжная подготовка. Совершенство вание техники лыжных ходов попеременный и одновременный 2-х шажный ход. Выработка общей выносливости	Фронтальное выполнение изученных строевых приёмов с лыжами и на лыжах; Оработка техники лыжных ходов на учебной лыжне: попеременный двухшажный ход, Одновременный 2-х шажный ход; корректировка техники выполнения изучаемых ходов; Выработка общей выносливости	Знать, как выполняется одновременный двухшажный ход; правила самостоятельного выполнения упражнений, способствующих развитию выносливости	уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников	устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой	уметь проходить заданную дистанцию попеременным и одновременным двух шажным ходом, владеть знаниями о зимних видах спорта	8а	8б
40	Лыжная подготовка Режим дня школьника Изучение техники попеременного четырёхшажного хода. Выкат со склона. Выработка общей выносливости	Фронтальное выполнение изученных строевых приёмов с лыжами и на лыжах; изучение: повороты в движении; совместное изучение техники попеременного четырёхшажного хода на учебной лыжне. Игра «Гонка гандикапами»; изучение Выкат со склона. Прохождение дистанции 3 км (М), 2км (Д) равномерно; беседа о режиме дня школьника.	Знать, как выполняется одновременный двухшажный ход; правила самостоятельного выполнения упражнений, способствующих развитию выносливости	осознавать себя как личность, способную к преодолению препятствий и самокоррекции	сохранять доброжелательные отношения, устанавливать рабочие отношения,	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях	уметь проходить заданную дистанцию попеременным и одновременным двух шажным ходом, владеть знаниями о режиме дня школьника.	8а	8б

41	<p>Лыжная подготовка</p> <p><b>Игра «Гонка гандикапами».</b></p> <p>Выкат со склона.5 км (М), 3км (Д) равномерно.</p>	<p>Фронтальное выполнение изученных строевых приёмов с лыжами и на лыжах; изучение: повороты в движении; совместное изучение техники попеременного четырёхшажного хода на учебной лыжне. Игра «Гонка гандикапами»; изучение Выкат со склона. Прохождение дистанции 3 км (М), 2км (Д) равномерно; беседа о влиянии физических упражнений на развитие телосложения</p>	<p>Знать, как выполняется выкат со склона; правила игры «Гонка гандикапами»;</p>	<p>уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников</p>	<p>устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях</p>	<p>Уметь применять изученные ходы и повороты в движении при прохождении дистанции</p>	8а	8б
42	<p>Лыжная подготовка</p> <p>Совершенствование поворотов в движении, техники лыжных ходов.</p> <p>Переход с одного хода на другой</p>	<p>Выполнение изученных строевых приёмов с лыжами и на лыжах; совершенствование поворотов в движении; отработка техники лыжных ходов на учебной лыжне; изучение техники перехода с одного хода на другой; беседа о реакции организма на различные физические нагрузки.</p>	<p>знать как выполняется переход с одного хода на другой; о реакции организма на различные физические нагрузки.</p>	<p>формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	<p>уметь вести дискуссию, обсуждать содержание, результаты совместной деятельности.</p>	<p>формирование личностного смысла учения, развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений</p>	<p>Моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы</p>	8а	8б
43-44	<p>Лыжная подготовка.</p> <p>Совершенствование техники лыжных ходов и переходов. оценка усвоение</p>	<p>Выполнение изученных строевых приёмов с лыжами и на лыжах; совершенствование поворотов в движении; совершенствование техники лыжных ходов и переходов с попеременных ходов на одновременные при</p>	<p>знать как выполняется переход с одного хода на другой; технику попеременного четырёхшажного хода;</p>	<p>уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	<p>уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную</p>	<p>Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых</p>	<p>Владеть способами передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы</p>	8а	8б

	техники попеременно о четырёхшажного хода; Выработка скоростной выносливости	переменной тренировке: 2 км; индивидуальная сдача зачёта по усвоению техники П/П 4–х шажного хода; изучение техники выката со склона с преодолением контруклона; закрепление изученного в игре «Карельские гонки»; беседа об особенностях построения и содержания самостоятельных занятий по ОФП;			точку зрения, доводить ее до собеседника	упражнений по физической культуре			
45	Лыжная подготовка Коньковый ход. Спуски, подъёмы, торможения Развитие физических качеств.	Выполнение строевых приёмов; Вкатывание; на учебной лыжне: изучение техники конькового хода; на склоне -совершенствование изученного: спуски, подъёмы, торможения.	знать тактику прохождения дистанции; иметь представление о технике конькового хода	формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	сохранять добро-желательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении упражнений.	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично-стно значимых результатов	Моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы	8а 8б	
46	Лыжная подготовка. Выкат со склона с преодолением контруклона (оценка усвоения).	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; Выполнение строевых приёмов; Вкатывание; Совершенствование выката со склона с преодолением	Знать, как оценивать свои физические возможности при прохождении дистанции в соревновательно	уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.	добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески	Моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы	8а 8б	

	Зачётная дистанция Выработка скоростной выносливости	контруклона; оценка усвоения; прохождение дистанции 3 км (М), 2км (Д) в соревновательном режиме; беседа на тему: «Основные формы занятий физической культурой»	м режиме			применять полученные знания в самостоятельных занятиях			
47	Лыжная подготовка КУ: 3 км (М), 2 км (Д). <b>Урок-соревнования</b> Торможение «упором», «плугом». Преодоление бугров и впадин.	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; коллективное выполнение специальных упражнений с лыжными палками; прохождение дистанции 3 км (М), 2км (Д) в соревновательном режиме на результат; беседа о применении лыжных мазей; торможение «упором», «плугом»; преодоление бугров и впадин.	знать технику безопасности на занятиях по лыжной подготовке, технологию применения лыжных мазей	уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников	устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по лыжной подготовке	Моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы	8а 8б	
48	Лыжная подготовка Прохождение дистанции 5 км Спуски и подъёмы общей выносливости	Коллективное выполнение специальных упражнений на лыжах: прохождение дистанции 5 км в произвольном темпе; произвольное катание с гор; беседа о влиянии физкультуры на развитие внимания, памяти, мышления.	Знать технику выполнения спусков и подъёмов; технологию применения лыжных мазей	уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату	добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий	умение обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях	Моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей л/трассы	8а 8б	

49	Баскетбол Технические и тактические действия в защите и нападении. Развитие скоростно-силовых качеств	Выполнение ОРУ в движении; спецразминка баскетболиста; совершенствование изученных технических и тактических действий в защите и нападении; изучение тактики при нападении быстрым прорывом; штрафной бросок; совершенствование приёмов в двусторонней игре 4х4; выполнение прыжков на максимальную высоту.		искать и выделять необходимую информацию, осуществлять пошаговый и итоговый контроль	добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем	уметь самостоятельно осуществлять судейство игры в баскетбол;  уметь применять жесты судьи	8а  8б	
50	Баскетбол Технические и тактические действия в защите и нападении. Развитие скоростно-силовых качеств	Выполнение ОРУ в движении; спецразминка баскетболиста; совершенствование изученных технических и тактических действий в защите и нападении: нападение быстрым прорывом; вырывание и выбивание мяча при ведении; ловля мяча с полукотскока; штрафной бросок; совершенствование приёмов в двусторонней игре; выполнение прыжков на максимальную высоту.		выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию;	формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами.	Развитие мотивов обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях	Уметь демонстрировать ;ловлю мяча с полукотскока; штрафной бросок;	8а  8б	
51	Баскетбол Технические и тактические действия в защите и	Самостоятельное выполнение разминки баскетболиста; подготовительных упражнений к выполнению штрафного броска; выполнение штрафного броска на технику; (результат);	Знать различия между ОРУ и разминкой по видам спорта	уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия	эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного	Уметь выполнять спец разминку баскетболиста, штрафной бросок	8а	



	<p>Основные Приемы игры.</p> <p>Сочетание приёмов</p> <p>Развитие координационных способностей</p>	<p>общеразвивающих упражнений с набивным мячом, специальных беговых упражнений;</p> <p>совершенствование перемещений в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед;</p> <p>выполнение передачи мяча над собой; изучение передачи сверху в тройках с переменной мест; то-же через сетку;</p> <p>выполнение верхней передачи мяча двумя руками в прыжке через сетку с места и после разбега. Сочетание первой и второй передач.</p>	<p>стойек волейболиста; технику выполнения ОРУ с набивным мячом</p>		<p>устанавливать рабочие отношения</p>	<p>использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p>	<p>занятиях</p>		
54	<p>Волейбол</p> <p>Техника и тактика игры.</p> <p>Сочетание приёмов</p> <p>Развитие координационных способностей</p>	<p>Коллективное выполнение общеразвивающих упражнений с набивным мячом; групповое выполнение передачи мяча над собой; повторение передачи сверху в тройках с переменной мест; тоже через сетку;</p> <p>совершенствование навыков подачи и приёма мяча после подачи. Учебная игра с заданием: играть в три касания, третье касание мяча (передача) выполнять в прыжке; беседа о влиянии занятий волейболом на здоровье</p>	<p>Знать технику выполнения изученных приёмов игры</p>	<p>развивать новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p>	<p>владеть культурой речи, ведением диалога в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих,</p>	<p>Моделировать технику игровых действий и приёмов , варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих во время игры</p>	8а	8б
55	<p>Волейбол</p> <p>Техника и</p>	<p>Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний:</p>	<p>Знать технику и тактику игровых действий,</p>	<p>формировать умение самостоятельно</p>	<p>эффективно сотрудничать и способствовать</p>	<p>проявления доброжелательности и</p>	<p>Моделировать технику игровых действий и</p>	8а	

	<p>тактика игры.</p> <p>Сочетание приёмов. Развитие</p> <p>координационных способностей</p>	<p>коллективное выполнение ОРУ с набивным мячом; совершенствование передачи сверху в тройках с переменной мест; изучение передачи мяча двумя руками сверху стоя спиной к партнёру. Учебная игра с заданием: играть в три касания.</p>	<p>описывать и осваивать их самостоятельно</p>	<p>выделять и формулировать познавательную цель.</p>	<p>продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p>	<p>отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья</p>	<p>приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих во время игры</p>	86	
56	<p>Волейбол</p> <p>Техника и тактика игры.</p> <p>Сочетание приёмов</p> <p>Развитие координационных способностей</p>	<p>Выполнение ОРУ с мячом; спецупражнений волейболиста; совершенствование изученных приёмов в групповых упражнениях; самостоятельно в подгруппах работать над сочетанием приёмов; изучение приёма мяча, отскочившего от сетки; учебная игра с заданием: играть в три касания.</p>	<p>Знать технику и тактику игровых действий, описывать и осваивать их самостоятельно</p>	<p>формировать умение самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять контроль</p>	<p>владеть культурой речи, ведением диалога в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой</p>	<p>Моделировать технику игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих во время игры</p>	8а	86
57	<p>Волейбол</p> <p>Техника и</p>	<p>Самостоятельное выполнение ОРУ в движении и беговых</p>	<p>Усвоить тактические</p>	<p>видеть указанную</p>	<p>уметь логически</p>	<p>умение обобщать, ана-</p>	<p>Моделировать технику игровых</p>	8а	

	<p>тактика игры.</p> <p>Сочетание приёмов</p> <p>Развитие координационных способностей</p>	<p>спецупражнений; выполнение командных тактических действий: в нападении -через игрока передней линии, в защите- по системе «углом вперед».</p> <p>Учебная игра в три передачи</p>	<p>действия: в нападении и защите по системе «углом вперед» и игры в три передачи</p>	<p>ошибку и исправлять ее с соответствия с требованиями</p>	<p>грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника</p>	<p>лизировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой</p>	<p>действий и приёмов , варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих во время игры</p>	86	
58	<p>Волейбол</p> <p>Техника и тактика игры.</p> <p>КУ:Нижняя подача на точность.</p> <p><b>Урок-соревнования</b></p> <p>Развитие волевых способностей</p>	<p>Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): самостоятельная спецразминка;</p> <p>работа в парах –выполнение техники нижней подачи на точность.</p>	<p>Знать технику выполнения нижней прямой подачи на точность.</p>	<p>контролировать свою деятельность по результату.</p>	<p>уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p>	<p>творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой</p>	<p>Организовывать совместные занятия волейболом, осуществлять судейство игры</p>	8а	86
59	<p>Волейбол</p> <p>Техника и тактика игры.</p> <p>Сочетание приёмов</p> <p>Развитие координационных способностей</p>	<p>Самостоятельное выполнение ОРУ в движении и беговых спецупражнений;</p> <p>совершенствование командных тактических действий: в нападении -через игрока передней линии, в защите- по системе «углом вперед»;</p> <p>выполнение передачи мяча стоя спиной к партнеру в двусторонней игре</p>	<p>Знать правила игры и судейство игры в волейбол</p>	<p>развивать новые виды деятельности и формы сотрудничества</p>	<p>уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.</p>	<p>творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой</p>	<p>Моделировать технику игровых действий и приёмов , варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих во время игры</p>	8а	86

60	<p>Спортигры</p> <p>Волейбол</p> <p>Совершенство вание технических приёмов и тактических действий.</p> <p><b>Учебно-тренировочная игра</b></p>	<p>Формирование у учащихся деятельностных способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: комплексное повторение общеразвивающих упражнений мячом, специальных беговых упражнений; коррективная техника выполнения передачи мяча двумя руками сверху, стоя спиной к партнёру при консультативной помощи учителя; совершенствование техники нижней прямой подачи и приёма мяча от подачи; беседа на тему: «Значение ЗОЖ»</p> <p>Участие в учебной игре с заданием передачи мяча двумя руками сверху, стоя спиной к партнёру</p>	<p>Знать, как применять изученную технику и тактические действия в игре в волейбол</p>	<p>умение видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями</p>	<p>уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительно-тренировочной направленности,</p>	<p>уметь играть в волейбол по правилам, правильно выполнять технические и тактические действия</p>	8а	8б
61	<p><b>Л/ атлетика</b></p> <p>Тестирование: Бег на 30 м. Прыжки в длину с/м. Бег на средние дистанции</p> <p>Развитие выносливости, скоростных и координационных способностей: Мини-</p>	<p>Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы: выполнение ОРУ в движении, специальных беговых упражнений и прыжковых;</p> <p>выполнение в парах: <b>КУ:</b> бег 30 м (на результат); индивидуальное выполнение <b>КУ:</b> Прыжки в длину с/м. (на результат); групповое</p>	<p>Знать, как выполнять бег с максимальной скоростью на дистанции 30 м;</p>	<p>уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, осуществлять итоговый контроль</p>	<p>формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уметь слушать и слышать друг друга</p>	<p>Формирование умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве</p>	<p>уметь демонстрировать бег с максимальной скоростью, демонстрировать финальное усилие</p>	8а	8б

	футбол. Специальные беговые упражнения. <b>Урок-соревнования</b>	выполнение бега на 1000 м; комментирование выставленных оценок; выполнение забегов с низкого старта с преследованием; командная игра мини-футбол							
62	<b>Л/ атлетика</b> Низкий старт. Тестирование: <b>КУ:</b> бег на 1000 м. Спортивная ходьба  Развитие выносливости, скоростных и координационных способностей: Мини-футбол.	Выполнение ОРУ в движении, специальных беговых упражнений;  групповое выполнение <b>КУ:</b> бег на 1000 м (на результат); комментирование выставленных оценок; выполнение забегов с низкого старта с преследованием;  самостоятельное выполнение спортивной ходьбы 1-2 км (в свободном режиме); командная игра мини-футбол	Знать тактику бега на средние дистанции	уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников	использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой	уметь демонстрировать бег с максимальной скоростью, демонстрировать финальное усилие	8а	8б
63	<b>Л/ атлетика</b> Тестирование: Бег на 30 м. Прыжки в длину с/м. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости, скоростных и координационных способностей Мини-футбол.	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы: выполнение ОРУ в движении, специальных беговых упражнений и прыжковых;  выполнение в парах: <b>КУ:</b> бег 30 м (на результат);	Знать, как выполнять бег с максимальной скоростью на дистанции 30 м;	уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, осуществлять итоговый контроль	формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уметь слушать и слышать друг друга	Формирование умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом	уметь демонстрировать бег с максимальной скоростью, демонстрировать финальное усилие	8а	8б

	Специальные беговые упражнения <b>Урок-соревнования</b>	индивидуальное выполнение <b>КУ</b> :Прыжки в длину с/м. (на результат); групповое выполнение бега на 1000 м; комментирование выставленных оценок; выполнение забегов с низкого старта с преследованием; командная игра мини-футбол				совершенстве			
64	<b>Л/ атлетика</b> Низкий старт. Тестирование: <b>КУ</b> : бег на 1000 м. Спортивная ходьба Развитие выносливости, скоростных и координационных способностей: Мини-футбол.	Выполнение ОРУ в движении, специальных беговых упражнений; групповое выполнение <b>КУ</b> : бег на 1000 м (на результат); комментирование выставленных оценок; выполнение забегов с низкого старта с преследованием;самостоятельное выполнение спортивной ходьбы 1-2 км (в свободном режиме); командная игра мини-футбол	Знать тактику бега на средние дистанции	уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников	использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой	уметь продемонстрировать бег с максимальной скоростью, продемонстрировать финальное усилие	8а	8б
65	<b>Л/ атлетика</b> Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжок в высоту с разбега Кроссовая подготовка - техника и тактика	Комплексное повторение общеразвивающих упражнений в движении; тест с последующей взаимопроверкой по алгоритму выполнения задания «Разнообразные прыжки и многоскоки»; совершенствование техники	Знать технику выполнения прыжка в высоту с 5-7 шагов разбега_способом «перешагивание»	формировать способность к преодолению препятствий и само- коррекции	формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с по-	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные	Применять беговые упражнения для развития физических качеств	8а	8б

	бега	выполнения прыжка ввысоту с 5-7 шагов разбега, способом «перешагивание» в подгруппах;  кросс по пересеч. местности 3км в свободном режиме			ставленными задачами.	знания в самостоятельных занятиях физической культурой;			
66	<b>Л/ атлетика</b>  Развитие общей выносливости и ориентирования в пространстве. Кросс по пересечённой местности с элементами спортивного ориентирования	Самостоятельная разминка.  Кросс по пересечённой местности -1км с элементами спортивного ориентирования.	Знать и описывать тактику выполнения бега по пересечённой местности с элементами спортивного ориентирования	формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре	Выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по ЧСС	8а  8б	
67	<b>Л/ атлетика</b> Развитие скоростной выносливости, координации движений.  Бег на средние дистанции. <b>КУ:</b> Бег 100м, 2000м.  <b>Календарно-тематическое планирование 8 класс</b>	Комплексное повторение общеразвивающих упражнений в движении; специальных беговых упражнений; в парах выполнение <b>КУ:</b> Бег 100м, в подгруппах выполнение <b>КУ:</b> 2000м; совершенствование технических приёмов игры в футбол - ведение мяча с изменением скорости движения и направления, с поворотами.	Знать и описывать тактику выполнения бега на средние дистанции	формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее соответствии с требованиями	брать на себя инициативу в организации совместной деятельности, сохранять уважительное и толерантное отношение друг к другу.	осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях	Выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по ЧСС	8а  8б	



**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 класс**

№	Кол-во часов	Тема урока	дата	Основные виды учебной деятельности учащихся	Планируемые результаты	оценочные средства	домашнее задание
<p><b>Легкая атлетика – 13;</b></p> <p><b>Баскетбол – 11</b></p>							
1	1	Инструктаж по ТБ. Спринтерский бег: низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование		<b>Учебно-познавательная.</b> Повторение техники низкого старта. Развитие быстроты ( бег отрезков 30-90 м). История легкой атлетики. Основные правила проведения соревнований. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники низкого старта	<b>познавательные:</b> ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи; <b>регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей; <b>коммуникативные:</b> формировать собственное мнение и позицию;	фронтальный опрос, практическое задание	низкий старт
2	1	Спринтерский бег: низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование Эстафетный бег. Бег 30 м(з)		<b>Учебно-познавательная.</b> Повторение техники стартового разгона. Знакомство с техникой эстафетного бега. Развитие скоростных качеств. Правила соревнований в беге на короткие дистанции. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники стартового разгона и передачи эстафетной палочки.	<b>Познавательные:</b> осознание важности физической нагрузки для развития основных физических качеств <b>Регулятивные:</b> использовать двигательный опыт в соревновательной деятельности, в организации отдыха и досуга. <b>Коммуникативные:</b> формирование умения выполнять действие в соответствии с целью	контрольный норматив	развитие физических качеств
3-4	2	Спринтерский бег: низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Техника передачи		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование техники бега по прямой и повороту. Повторение техники финиширования и техники передачи эстафетной палочки	<b>Познавательные:</b> осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении СБУ. <b>Регулятивные:</b> умение объяснить ошибки при выполнении упражнений.	контрольный норматив	развитие физических качеств  78

		эстафетной палочки. Челночный бег 3x10 м (3)		сверху в медленном беге. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники эстафетного бега и финиширования.	<b>Коммуникативные:</b> способы организации рабочего места.		
5	1	Спринтерский бег: низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Бег 60 м (3)	1	<b>Учебно-познавательная.</b> Диагностирование скоростных способностей в беге на короткие дистанции. Совершенствование техники эстафетного бега. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники бега на короткие дистанции	<b>Познавательные:</b> осмысление, объяснение своего двигательного опыта. <b>Регулятивные:</b> умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <b>Коммуникативные:</b> умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	контрольный норматив	развитие физических качеств
6	1	Прыжок в длину с места. Разбег, отталкивание, Полет, приземление		<b>Учебно-познавательная.</b> Повторение техники прыжка в длину с места. Развитие скоростно – силовых качеств. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники фазы полета в прыжке в длину с места.	<b>Регулятивные:</b> определять и устранять типичные ошибки. <b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	практическое задание	развитие физических качеств
7	1	Прыжок в длину с места (3)		<b>Учебная.</b> Диагностирование скоростно - силовых способностей в прыжке в длину с места. Совершенствование техники бега на средние дистанции <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники	<b>Регулятивные:</b> определять и устранять типичные ошибки. <b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью	контрольный норматив	развитие физических качеств

				фазы полета в прыжке в длину с места.	вопросов.		
8	1	Развитие скоростно-силовых и силовых качеств. Поднимание туловища из положения, лежа за 60 с (з)		Учебно-познавательная. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Развитие скоростно- силовых и силовых качеств. Правила соревнований по прыжкам в длину. Рефлексивная.	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель	контрольный норматив	развитие физических качеств
9	1	Метание мяча: в цель, на дальность. Развивать скоростно-силовые и координационные способности.		<b>Учебно-познавательная.</b> Повторение техники метания теннисного мяча в цель (1x1) с расстояния 12-18 м. Повторение техники метания теннисного мяча и мяча весом 150 г с места на дальность. Применение на практике СБУ. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей. Правила соревнований при метании. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники метания мяча на дальность с полного разбега.	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
10	1	Метание мяча: в цель, на дальность. Развивать скоростно-силовые и координационные способности.		<b>Учебно-познавательная.</b> Повторение техники метания теннисного мяча в цель (1x1) с расстояния 12-18 м. Повторение техники метания теннисного мяча и мяча весом 150 г с места на дальность. Применение на практике СБУ. Развитие	<b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств

				<p>скоростно-силовых и координационных способностей. Правила соревнований при метании.</p> <p><b>Рефлексивная.</b> Анализ техники метания мяча на дальность с полного разбега.</p>	<p>индивидуальной и групповой работы; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p>		
11	1			<p><b>Учебно-познавательная.</b> Повторение техники метания теннисного мяча и мяча весом 150 г на дальность с 4-5 бросковых шагов с укороченного и полного разбега. Развитие скоростно-силовых, координационных способностей.</p> <p><b>Рефлексивная.</b> Анализ техники метания мяча на дальность с полного разбега</p>		<p>фронтальный опрос, практическое задание</p>	<p>развитие физических качеств</p>
12 - 13	1	Метание малого мяча на дальность		<p><b>Учебно – познавательная.</b> Демонстрация техники метания мяча на дальность с разбега. Разминка для выполнения легкоатлетических упражнений. Развитие координационных и скоростно - силовых способностей.</p> <p><b>Рефлексивная.</b> Анализ техники метания теннисного мяча в целом</p>	<p><b>Здоровьесберегающая:</b> умеют использовать двигательный опыт в организации активного отдыха и досуга.</p> <p><b>Ценностно-смысловая:</b> проявляют готовность к преодолению трудностей.</p> <p><b>Коммуникативная:</b> владеют способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.</p>	<p>фронтальный опрос, практическое задание</p>	<p>развитие физических качеств</p>
14 - 15	2	Инструктаж по ТБ. Совершенствовать технику перемещений игрока,		<p><b>Учебно-познавательная.</b> ТБ на уроках баскетбола. Совершенствование выполнения сочетаний приемов</p>		<p>фронтальный опрос, практическое</p>	<p>развитие физических качеств</p>

		технические приемы баскетбола. Учить индивидуальным и групповым тактическим действиям		передвижений и остановок игрока. Совершенствование умения ведения мяча с изменением направления и обводкой препятствий. Совершенствование передачи мяча разными способами на месте. Развитие координационных способностей. Усвоение знаний о влиянии физических способностей на физическое развитие. Освоение правил игры в баскетбол. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники передач мяча на месте.	<p><b>Познавательные:</b> знание терминологии в баскетболе.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осваивать технику перемещений, передач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> уметь работать в паре.</p> <p><b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием</p>	задание	
16 - 17	2	Совершенствовать технические приемы баскетбола. Учить индивидуальным и групповым тактическим действиям		<b>Учебно-познавательная.</b> ТБ на уроках баскетбола. Совершенствование выполнения сочетаний приемов передвижений и остановок игрока. Совершенствование умения ведения мяча с изменением направления и обводкой препятствий. Совершенствование передачи мяча разными способами на месте. Развитие координационных способностей. Усвоение знаний о влиянии физических способностей на физическое развитие. Освоение правил игры в баскетбол. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники передач мяча на		фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств

				месте.			
18 - 19	2	Баскетбол. Совершенствовать технику ведения и передачи мяча разными способами при встречном движении. Развитие координационных способностей.		<b>Учебно-познавательная.</b> Овладение сочетанием приемов передвижения и остановок игрока. Отработка способа ведения мяча в разных стойках, с пассивным и активным сопротивлением на месте и в движении. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Сравнение техники ведения мяча с пассивным и активным сопротивлением на месте и в движении.	<b>Познавательные:</b> знание терминологии в баскетболе. <b>Регулятивные:</b> осваивать технику передач при передвижении. <b>Коммуникативные:</b> уметь работать в паре. <b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
20 - 21	2	Баскетбол. Совершенствовать способ броска одной рукой от головы в движении. Развитие координационных способностей		<b>Учебно – познавательная.</b> Овладение сочетанием приемов передвижения и остановок игрока. Отработка способа ведения мяча в разных стойках, с пассивным и активным сопротивлением на месте и в движении. Совершенствовать способ броска одной рукой от головы в движении. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Сравнение техники ведения мяча с пассивным и активным сопротивлением на месте и в движении.	<b>Познавательные:</b> знание терминологии в баскетболе. <b>Регулятивные:</b> осваивать технику броска и передвижений. <b>Коммуникативные:</b> уметь работать в паре. <b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
22 -	2	Совершенствование способа вырывания и выбивания мяча.		<b>Учебно – познавательная.</b> Отработка способа вырывания и выбивания мяча. Отработка	<b>Коммуникативные:</b> умение взаимодействовать со сверстниками в	фронтальный опрос, практическое	развитие физических

23		Личный прессинг		способа держания игрока с мячом. Совершенствовать передачи мяча разными способами на месте и в движении. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ приобретаемых двигательных умений.	игре. <b>Регулятивные:</b> осваивать технику выбивания и вырывания мяча. <b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием	задание	качеств
24	1	Личный прессинг. Совершенствование броска одной рукой от головы в движении.		<b>Учебно – познавательная.</b> Демонстрация умений ведения мяча с активным сопротивлением. Отработка способа броска одной рукой от головы в движении. Совершенствование передачи мяча разными способами в движении с сопротивлением. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Сравнение техники броска 2-мя руками и 1-й рукой от головы.	<b>Коммуникативные:</b> уметь моделировать и организовывать групповые действия с мячом. <b>Регулятивные:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
<p><b>2 четверть.</b></p> <p><b>Баскетбол – 6</b></p> <p><b>Гимнастика с элементами акробатики -18</b></p>							
25	1	Баскетбол. Совершенствовать технику ведения и передачи мяча разными способами при встречном движении. Развитие координационных		<b>Учебно-познавательная.</b> Овладение сочетанием приемов передвижения и остановок игрока. Отработка способа ведения мяча в разных стойках, с пассивным и активным сопротивлением на месте и в движении. Развитие	<b>Познавательные:</b> знание терминологии в баскетболе. <b>Регулятивные:</b> осваивать технику передач при передвижении. <b>Коммуникативные:</b> уметь работать в	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств

		способностей.		координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Сравнение техники ведения мяча с пассивным и активным сопротивлением на месте и в движении.	паре. <b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием		
26	1	Баскетбол. Совершенствовать способ броска одной рукой от головы в движении. Развитие координационных способностей		<b>Учебно – познавательная.</b> Овладение сочетанием приемов передвижения и остановок игрока. Отработка способа ведения мяча в разных стойках, с пассивным и активным сопротивлением на месте и в движении. Совершенствовать способ броска одной рукой от головы в движении. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Сравнение техники ведения мяча с пассивным и активным сопротивлением на месте и в движении.	<b>Познавательные:</b> знание терминологии в баскетболе. <b>Регулятивные:</b> осваивать технику броска и передвижений. <b>Коммуникативные:</b> уметь работать в паре. <b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
27	1	Совершенствование способа вырывания и выбивания мяча. Личный прессинг		<b>Учебно – познавательная.</b> Отработка способа вырывания и выбивания мяча. Отработка способа держания игрока с мячом. Совершенствовать передачи мяча разными способами на месте и в движении. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ приобретаемых двигательных умений.	<b>Коммуникативные:</b> умение взаимодействовать со сверстниками в игре. <b>Регулятивные:</b> осваивать технику выбивания и вырывания мяча. <b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств

28	1	Личный прессинг. Совершенствование броска одной рукой от головы в движении.		<p><b>Учебно – познавательная.</b> Демонстрация умений ведения мяча с активным сопротивлением. Отработка способа броска одной рукой от головы в движении. Совершенствование передачи мяча разными способами в движении с сопротивлением. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Сравнение техники броска 2-мя руками и 1-й рукой от головы.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> уметь моделировать и организовывать групповые действия с мячом.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием.</p>	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
29	1	Учебная игра с заданием: личная защита.		<p><b>Учебно – познавательная.</b> Совершенствование умения выполнять бросок 1-й рукой от головы в движении. Выявление степени владения умением выполнять передачу мяча в движении в парах. Совершенствование умения в передаче мяча разными способами в движении парами с сопротивлением. Совершенствование умений личной защиты. Овладение навыками учебной игры. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ способов передачи мяча в парах в движении с сопротивлением.</p>	<p><b>Познавательные:</b> выполнять учебно-познавательные действия, перерабатывать полученную информацию.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию учителя.</p> <p><b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием.</p>	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
30	1	Совершенствование техники бросков: штрафной, и в		<p><b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование умения выполнять бросок 1-й рукой от</p>	<p><b>Познавательные:</b> выполнять учебно-познавательные действия, перерабатывать полученную</p>	фронтальный опрос, практическое	развитие физических

		прыжке		<p>головой в прыжке и броска 2-мя руками от головы в прыжке. Совершенствование штрафного броска. Овладение умением выполнять передачи мяча разными способами в 3-х с сопротивлением. Совершенствование навыков учебной игры. Развитие координационных способностей.</p> <p><b>Рефлексивная.</b> Анализ взаимодействия игроков в 3-ках.</p>	<p>информацию</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять и давать оценку своему двигательному действию. Уметь устранять типичные ошибки.</p> <p><b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием.</p>	задание	качеств
--	--	--------	--	--	--	---------	---------

**Гимнастика с элементами акробатики – 18**

31 32	2	<p>Инструктаж по ТБ. Строевые упражнения. Висы. Развитие силовых, координационных способностей. Усвоение знаний об истории античных Олимпийских игр.</p>		<p><b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование перехода шага на месте на ходьбу в колонне и шеренге. Выявление степени владения умением выполнять подтягивание в висе – мальчики, подтягивание в висе лежа – девочки. Развитие силовых, координационных способностей. Усвоение знаний об истории античных Олимпийских игр.</p>	<p><b>Познавательные:</b> осознавать познавательную задачу; применять полученные знания на практике; ориентироваться в разнообразии акробатических элементов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> постановка цели, планирование, прогнозирование результатов.</p>	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
33 34	2	<p>Прикладные упражнения.</p>		<p><b>Учебно-познавательная.</b> Освоение комплекса ОРУ со скакалкой. Овладение навыками ходьбы по гимнастической скамейке с различными заданиями. Развитие скоростно - силовых способностей, гибкости. История Олимпийских игр современности.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату; сохранять</p>	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств

				<b>Рефлексивная.</b> Анализ техники выполнения упражнений на гимнастической скамейке.	заданную цель		
35-36	2	Акробатика. Лазанье по канату.		<b>Учебно-познавательная.</b> Техника выполнения из упора присев силой в стойку на голове и руках (м). Техника выполнения равновесия на одной ноге, выпад вперед, кувырок вперед (д). Совершенствование умений лазанья по канату в 2 приема. Развитие силовых способностей, гибкости. <b>Рефлексивная.</b> Корректировка ошибок при выполнении лазанья по канату в 2 приема, при выполнении акробатических упражнений.	<b>Познавательные:</b> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; <b>Коммуникативные :</b> уметь находить общий язык. <b>Регулятивные:</b> уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
37-38	2	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическое соединение: отдельные связки.		<b>Учебно-познавательная.</b> разучивание техники стойки на голове и кувырка назад в полушпагат, составление гимнастических комбинаций. <b>Рефлексивная.</b> Корректировка ошибок при выполнении акробатических упражнений.	<b>Познавательные:</b> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний <b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать учителя. <b>Регулятивные:</b> адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	комплекс упражнений	развитие физических качеств
39-40	2	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическое соединение: соединение связок 1,2,3		<b>Учебно-познавательная.</b> Повторение техники стойки на голове и кувырка назад в полушпагат, совершенствование техники выполнения упражнений на гимнастическом бревне и на мате. <b>Рефлексивная.</b> Корректировка	<b>Познавательные:</b> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний <b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать учителя. <b>Регулятивные:</b> адекватно принимать оценку взрослого и	комплекс упражнений	развитие физических качеств

				ошибок при выполнении акробатического соединения.	сверстника		
41-42	2	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическое соединение: соединение связок 4,5.6		<b>Учебно-познавательная.</b> Повторение техники стойки на голове и кувырка назад в полушпагат, совершенствование техники выполнения упражнений на гимнастическом бревне и на мате. <b>Рефлексивная.</b> Корректировка ошибок при выполнении акробатического соединения.	<b>Познавательные:</b> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний. <b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать учителя. <b>Регулятивные:</b> адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	комплекс упражнений	развитие физических качеств
43-44	2	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическое соединение.		<b>Учебно-познавательная.</b> Повторение техники стойки на голове и кувырка назад в полушпагат, совершенствование техники выполнения упражнений на гимнастическом бревне и на мате. <b>Рефлексивная.</b> Корректировка ошибок при выполнении акробатического соединения.	<b>Познавательные:</b> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний. <b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать учителя. <b>Регулятивные:</b> адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	комплекс упражнений	развитие физических качеств
45-46	2	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическое соединение: отдельные связки.		<b>Учебно-познавательная.</b> разучивание техники стойки на голове и кувырка назад в полушпагат, составление гимнастических комбинаций. <b>Рефлексивная.</b> Корректировка ошибок при выполнении акробатических упражнений.	<b>Познавательные:</b> выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний <b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать учителя. <b>Регулятивные:</b> адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	комплекс упражнений	развитие физических качеств
47-	2	Гимнастика с элементами		<b>Учебно-познавательная.</b> Повторение техники стойки на	<b>Познавательные:</b> выполнять учебно-познавательные действия;	комплекс	развитие физических

48		акробатики. Акробатическое соединение: соединение связок 1,2,3		голове и кувырка назад в полушпагат, совершенствование техники выполнения упражнений на гимнастическом бревне и на мате. <b>Рефлексивная.</b> Корректировка ошибок при выполнении акробатического соединения.	ориентироваться в системе знаний <b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать учителя. <b>Регулятивные:</b> адекватно принимать оценку взрослого и сверстника	упражнений	качеств
----	--	--	--	--	--	------------	---------

**3 четверть**

**лыжная подготовка – 18; баскетбол-4**

**волейбол – 8.**

49- 50	2	Лыжная подготовка. Скольльзящий шаг		<b>Учебно-познавательная.</b> Техника безопасности на занятиях лыжной подготовки. Скольльзящий шаг. Прохождение дистанции 1000м. <b>Рефлексивная.</b> Анализ приобретаемых двигательных умений.	<b>Познавательные:</b> знание экипировки лыжника, добывать новые знания <b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
		Конькобежный спорт. ТБ. Техника передвижения по льду на коньках		<b>Учебно – познавательная.</b> -выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных	<b>Познавательные:</b> осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении передвижений по льду на коньках <b>Регулятивные:</b> умение объяснить ошибки при выполнении упражнений <b>Коммуникативные:</b> способы организации рабочего места	практическое задание	развитие физических качеств

				задач			
51-52	2	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный ход.		<b>Учебно-познавательная.</b> Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 2000 м.  <b>Рефлексивная.</b> Анализ приобретаемых двигательных умений.	<b>Коммуникативные:</b> <i>сохранять</i> доброжелательное отношение друг к другу, оказывать посильную помощь.  <b>Регулятивные:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
53-54	2	Конькобежный спорт. Совершенствовать технику передвижений по прямой		<b>Учебно-познавательная.</b> Осваивать технику передвижения по прямой на коньках; демонстрировать технику передвижений на льду; знать историю конькобежного спорта  <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники бега по прямой.	<b>Познавательные:</b> осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении передвижений по льду на коньках  <b>Регулятивные:</b> умение объяснить ошибки при выполнении упражнений  <b>Коммуникативные:</b> способы организации рабочего места	практическое задание	развитие физических качеств
55	1	Лыжная подготовка. Одновременный двухшажный ход.		<b>Учебно-познавательная.</b> Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 2000 м.  <b>Рефлексивная.</b> Анализ приобретаемых двигательных умений.	<b>Познавательные:</b> выполнять учебно-познавательные действия.  <b>Регулятивные:</b> выявлять и устранять типичные ошибки.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
		Конькобежный спорт. Овладение техникой стартового разбега.		<b>Учебно-познавательная.</b> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	<b>Познавательные:</b> осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении передвижений по льду на коньках;	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств

				<p>реализации;  – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель;  – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники стартового разбега.</p>	<p><b>Регулятивные:</b> умение объяснить ошибки при выполнении упражнений;  <b>Коммуникативные:</b> взаимодействовать со сверстниками.</p>		
56	1	Лыжная подготовка. Коньковый ход без палок.		<p><b>Учебно-познавательная.</b> Коньковый ход без палок.5x100 метров.  <b>Рефлексивная.</b> Анализ приобретаемых двигательных умений.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p>	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
57-58	2	Конькобежный спорт. Совершенствование техники стартового разбега.		<p><b>Учебно-познавательная.</b> Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  Ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.  <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники стартового разбега.</p>	<p><b>Познавательные:</b> осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении передвижений по льду на коньках.  <b>Регулятивные:</b> умение объяснить ошибки при выполнении упражнений.</p>	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
59-60	2	Лыжная подготовка. Коньковый ход без палок.		<p><b>Учебно-познавательная.</b> Одновременный двухшажный</p>	<p><b>Познавательные:</b> Описывать технику изучаемых лыжных ходов, осваивать их</p>	фронтальный опрос,	развитие физических качеств

		палок.		ход прохождение дист. 2000м. Коньковый ход без палок. 5X100 м.  <b>Рефлексивная.</b> Анализ приобретаемых двигательных умений.	самостоятельно.  <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие со сверстниками в эстафетном беге.	практическое задание	качеств
62-61	2	Лыжная подготовка. Изменение стоек спуска. Подъём скользящим шагом.		<b>Учебно-познавательная.</b> Подъём скользящим шагом.  <b>Рефлексивная.</b> Анализ приобретаемых двигательных умений.	<b>Познавательные:</b> добывать новые знания, проявлять индивидуальные способности.  <b>Регулятивные:</b> совершенствовать технику стоек спуска.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
63-64	2	Лыжная подготовка. Поворот «плугом».  Игры на лыжах		<b>Учебно-познавательная.</b> Прохождение дистанции 2000м поворот «плугом». Игры на лыжах. Развитие физических качеств.  <b>Рефлексивная.</b> Анализ приобретаемых двигательных умений.	<b>Познавательные:</b> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять.  <b>Регулятивные:</b> адекватно принимать оценку взрослого и сверстников.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
		Конькобежный спорт. Совершенствование техники стартового разбега. Финиширование.		<b>Учебно-познавательная.</b> Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	<b>Познавательные:</b> осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении передвижений по льду на коньках.  <b>Регулятивные:</b> умение объяснить ошибки при выполнении упражнений.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств

				Ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники финиширования.			
65-66	2	Лыжная подготовка. Непрерывное передвижение.		<b>Учебно-познавательная.</b> Непрерывное передвижение коньковым ходом 500 метров. <b>Рефлексивная.</b> Анализ приобретаемых двигательных умений.	<b>Познавательные:</b> понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять, добывать новые знания. <b>Регулятивные:</b> адекватно принимать оценку взрослого и сверстников.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
67	1	Быстрый прорыв 2х1, 3х2. Совершенствование навыков учебной игры. Развитие координационных способностей.		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование техники выполнения бросков в прыжке. Совершенствование передач разными способами в движении в 3-ях с сопротивлением. Овладение техникой выполнения штрафного броска. Быстрый прорыв 2х1, 3х2. Совершенствование навыков учебной игры. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Сравнение тактических действий игроков в нападении и защите.	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга; формировать навыки работы в группе. <b>Регулятивные УУД:</b> определять и устранять типичные ошибки. <b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
68	1	Взаимодействие 2-х игроков в защите и нападении через «заслон». Совершенствование навыков учебной		<b>Учебно-познавательная.</b> Определение степени владения умением выполнять броски 1-й и 2-мя руками от голов в прыжке с сопротивлением защитника. Овладение умением сочетать	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга; формировать навыки работы в группе; взаимодействие в команде.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств

		игры. Развитие координационных способностей.		приемы ведения, передачи, броска. Закрепление техники выполнения штрафного броска. Взаимодействие 2-х игроков в защите и нападении через «заслон». Совершенствование навыков учебной игры. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ тактических действий игроков в нападении и защите.	<b>Регулятивные УУД:</b> определять и устранять типичные ошибки.  <b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием.		
69	1	Тактические действия в позиционном нападении со сменой мест.		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование сочетания приемов ведения, передачи, броска. Овладение тактическими действиями в позиционном нападении со сменой мест. Быстрый прорыв 2х1,3х2. Взаимодействие 2-х игроков в защите и нападении через «заслон». Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ тактических действий игроков в нападении и защите.	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга; формировать навыки работы в группе.  <b>Регулятивные УУД:</b> определять и устранять типичные ошибки.  <b>Личностные:</b> учиться управлять эмоциональным состоянием.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
70	1	Технические и тактические действия в игре		<b>Учебно-познавательная.</b> Овладение тактическими действиями в позиционном нападении со сменой мест. Совершенствование умений выполнять быстрый прорыв 2х1, 3х2. Взаимодействие 2-х игроков в защите и нападении через «заслон». Развитие координационных способностей.	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга; формировать навыки работы в группе; взаимодействие в команде.  <b>Регулятивные УУД:</b> определять и устранять типичные ошибки.  <b>Личностные:</b> учиться управлять	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств

				<b>Рефлексивная.</b> Анализ тактических действий в нападении и защите.	эмоциональным состоянием.		
71	1	Волейбол. Инструктаж по ТБ. Совершенствование техники передвижений, передач мяча через сетку.		<b>Учебно-познавательная.</b> Повторение правил ТБ. Совершенствование техники передвижений, передач мяча через сетку. Комбинации из разученных перемещений. Игра в волейбол по упрощенным правилам. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники передачи мяча у сетки.	<b>Регулятивные:</b> осваивать технику перемещений, передач.  <b>Коммуникативные:</b> уметь работать в паре.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
72	1	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный ход		<b>Учебно-познавательная.</b> Попеременный двухшажный ход 2000метров.  <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники попеременного двухшажного хода.	<b>Познавательные:</b> ставить и формулировать проблемы  <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
73	1	Лыжная подготовка. Спуск в различных стойках. Подъём коньковым шагом.		<b>Учебно-познавательная.</b> Спуски в различных стойках, подъём коньковым ходом.  <b>Рефлексивная.</b> Анализ и сравнение техники спуска в разных стойках.	<b>Познавательные:</b> выполнять учебно-познавательные действия, ориентироваться в своей системе знаний.  <b>Регулятивные:</b> адекватно принимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
74	1	Волейбол. Техника приема мяча.		<b>Учебно-познавательная.</b> Применение на практике	<b>Регулятивные:</b> осваивать технику	фронтальный опрос,	развитие физических

		Совершенствование технических и тактических действий в игре		комбинаций из разученных перемещений. Совершенствование умения передачи мяча у сетки и в прыжке через сетку. Игра в волейбол по упрощенным правилам. <b>Рефлексивная.</b> Анализ приема мяча.	приема мяча <b>Коммуникативные:</b> уметь работать в паре., в команде. <b>Личностные:</b> проявление терпения.	практическое задание	качеств
75	1	Волейбол. Техника выполнения нижней прямой подачи и прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Развивать физические способности.		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование техники выполнения прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Развивать физические способности. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники выполнения нижней прямой подачи и нападающего прямого удара.	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
76	1	Волейбол. Техника выполнения прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Развивать физические способности.		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование техники выполнения прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Развивать физические способности. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники прямого нападающего удара после подбрасывания партнером.	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
77	1	Волейбол. Техника приема мяча от сетки. Совершенствование		<b>Учебно-познавательная.</b> Овладение умением принимать мяч от сетки. Отработка техники	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров,	фронтальный опрос, практическое	развитие физических

		техники прямого нападающего удара.		прямого нападающего удара при встречных передачах. Применение игровых приемов на практике – учебная игра. Развитие координационных, скоростно-силовых способностей. <b>Рефлексивная.</b> Корректировка ошибок при выполнении нападающего удара.	сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	задание	качеств
78-79	2	Волейбол. Комбинация из разученных элементов волейбола: игра у сетки. Тактика свободного нападения.		<b>Учебно-познавательная:</b> Выявление степени владения умением принимать мяч от сетки. Выполнение комбинаций из разученных элементов волейбола. Совершенствовать технику отбивания мяча кулаком у сетки. Учебная игра: тактика свободного нападения. <b>Рефлексивная.</b> Корректировка ошибок при выполнении разученных элементов.	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
80-81	2	Волейбол. Техничко – тактические действия в учебной игре.		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование технико-тактических действий в игре. Развитие скоростных и координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ изученных технических и тактических действий при игре в волейбол.	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
82-83	2	Волейбол. Техничко – тактические действия в учебной игре.		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование технико-тактических действий в игре. Развитие скоростных и	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств

				координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ изученных технических и тактических действий при игре в волейбол.	дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	задание	
84-85	2	Волейбол. Техничко – тактические действия в учебной игре.		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование технико-тактических действий в игре. Развитие скоростных и координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ изученных технических и тактических действий при игре в волейбол.	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
86	1	Волейбол. Техничко – тактические действия в учебной игре.		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование технико-тактических действий в игре. Развитие скоростных и координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ изученных технических и тактических действий при игре в волейбол.	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
87		Волейбол. Игра по правилам		<b>Учебно-познавательная.</b> Выполнение волейбольных упражнений в парах, проведение игры «Волейбол» с применением тактических действий. <b>Рефлексивная.</b> Анализ правил игры в волейбол.	<b>Познавательные:</b> ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания. <b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
88		Волейбол. Игра по правилам		<b>Учебно-познавательная.</b> Выполнение волейбольных	<b>Познавательные:</b> ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые	фронтальный опрос,	развитие физических

				упражнений в парах, проведение игры «Волейбол» с применением тактических действий. <b>Рефлексивная.</b> Анализ правил игры в волейбол.	знания. <b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.	практическое задание	качеств
89	1	Кроссовая подготовка. Равномерный бег, преодоление препятствий. Развивать выносливость. Мини-футбол.		<b>Учебно-познавательная.</b> Овладение навыками равномерного бега до 10 мин, с преодолением препятствий. Применение на практике спортивной игры футбол. Усвоение знаний о правилах использования л/а упражнений для развития выносливости. <b>Контроль двигательной подготовленности</b> – вис на согнутых руках. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники бега на длинные дистанции и техники преодоления препятствий.	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
90	1	Овладение техникой бега на длинные дистанции. Мини – футбол.		<b>Учебно-познавательная.</b> Овладение техникой бега на длинные дистанции. Выявление степени владения умением бега на 1000 м. Применение на практике спортивной игры в футбол. Развитие выносливости. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники бега на длинные дистанции и техники преодоления препятствий.	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
91	1	Равномерный бег 15-20 мин. Мини-		<b>Учебно-познавательная.</b> Овладение навыками равномерного бега до 15-20	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель.	фронтальный опрос, практическое	развитие физических

		футбол.		мин., с преодолением препятствий. Учебная игра в мини-футбол. Развитие выносливости. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники бега на длинные дистанции и техники преодоления препятствий.	<b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения	задание	качеств
92	1	Кросс 2000 м		<b>Учебно-познавательная.</b> Демонстрировать умения в беге на 2000 м (зачет). Учебная игра в мини-футбол. <b>Рефлексивная.</b> Самооценка собственных возможностей в беге на выносливость.	<b>Познавательные:</b> оценивать свои результаты; <b>коммуникативные:</b> вступать в речевое общение; <b>регулятивные:</b> понимать задачи урока и стремятся их выполнять.	контрольный норматив	развитие физических качеств
93	1	Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки.		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование техники низкого старта. Совершенствование умений в эстафетном беге. Применение на практике СБУ. Развитие скоростных способностей ( бег по дистанции 30-60 м). <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники передачи эстафетной палочки.	<b>Познавательные:</b> оценивают свои достижения, отвечают на вопросы, соотносят изученные понятия с примерами; <b>Коммуникативные:</b> овладеют диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение; <b>Регулятивные:</b> овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять.	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
94	1	Спринтерский бег. Бег 60 м (зачет)		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование техники низкого старта. Диагностика умения бега на результат 60 м (зачет). Совершенствование умений в эстафетном беге. Применение на практике СБУ. Развитие скоростных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Самооценка	<b>Познавательные:</b> овладеют способностью оценивать свои результаты; <b>коммуникативные:</b> овладевают способностью вступать в речевое общение; <b>регулятивные:</b> овладевают способностью понимать задачи урока и стремятся их выполнять.	контрольный норматив	развитие физических качеств

				собственных возможностей в беге на короткие дистанции.			
95	1	Прыжок в длину с места (зачет)		<p><b>Учебно-познавательная.</b> Усвоение знаний о различных способах прыжка в высоту с разбега («перекидной», «фосбери-флоп»). Освоение техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» с 7-9 беговых шагов. СБУ. Демонстрация прыжка в длину с места на результат. Усвоение знаний о влиянии л/а упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма.</p> <p><b>Рефлексивная.</b> Анализ техники прыжка по фазам.</p>	<p><b>Познавательные:</b> оценивают свои достижения, отвечают на вопросы, соотносят изученные понятия с примерами;</p> <p><b>Коммуникативные:</b> овладеют диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение; умение объяснить ошибки при выполнении упражнений</p> <p><b>Регулятивные:</b> овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять.</p>	контрольный норматив	развитие физических качеств
96	1	Челночный бег 3x10 м (зачет)		<p><b>Учебно-познавательная.</b> Овладение умением выполнять разбег в сочетании с отталкиванием в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание» с 7-9 беговых шагов. СБУ. Диагностика умений в челночном беге. Усвоение знаний о правилах соревнований по прыжкам в высоту с разбега.</p> <p><b>Рефлексивная.</b> Анализ техники поворота при выполнении челночного бега.</p>	<p><b>Познавательные:</b> осмысление техники выполнения и разучиваемых СБУ</p> <p><b>Регулятивные:</b> умеют использовать двигательный опыт в соревновательной деятельности, в организации отдыха и досуга.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> умение объяснить ошибки при выполнении упражнений</p>	контрольный норматив	развитие физических качеств
97	1	Поднимание туловища из		<p><b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование техники</p>	<p><b>Познавательные:</b> сознание важности освоения</p>	контрольный	развитие физических

		положения лежа за 1 мин (зачет)		прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» с 7-9 беговых шагов. Развитие силовых способностей. Контроль двигательной подготовленности - Поднимание туловища из положения лежа за 1 мин <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники упражнений для развития силы.	универсальных умений связанных с выполнением упражнений. <b>Регулятивные:</b> использовать двигательный опыт в соревновательной деятельности, в организации отдыха и досуга. <b>Коммуникативные:</b> умение объяснить ошибки при выполнении упражнений	норматив	качеств
98	1	Техника выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» с 7-9 беговых шагов.		<b>Учебно-познавательная.</b> Демонстрация техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» с 7-9 беговых шагов в целом. Развитие силовых способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».	<b>Познавательные:</b> Смыслообразование, т. е. установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и её мотивом  <b>Регулятивные:</b> Планирование общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов  <b>Коммуникативные:</b> Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия	фронтальный опрос, практическое задание	развитие физических качеств
99	1	Подтягивание (зачет)		<b>Учебно-познавательная.</b> Совершенствование техники метания 150-граммового мяча на дальность с 4-5 бросковых шагов разбега. СБУ. Развитие силовых способностей (зачет). Повторение знаний о правилах	<b>Познавательные:</b> осмысление умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств.  <b>Регулятивные:</b> Формирование умения выбирать упражнения для развития	контрольный норматив	развитие физических качеств

				использования л/а упражнений для развития скоростно-силовых способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники метания теннисного мяча на дальность.	физических качеств. <b>Коммуникативные:</b> Формирование умения выполнять задание в соответствии с целью.		
100	1	Метание малого мяча на дальность (зачет)		<b>Учебно-познавательная.</b> Выявить уровень владения умением метать 150-граммовый мяч на дальность с полного разбега. Развитие координационных способностей. <b>Рефлексивная.</b> Анализ техники метания мяча в целом.	<b>Познавательные:</b> Смыслообразование, т. е. установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и её мотивом  <b>Регулятивные:</b> Планирование общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов  <b>Коммуникативные:</b> Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия	контрольный норматив	развитие физических качеств
101	1	Учебная игра в мини-футбол		<b>Учебно-познавательная.</b> Выполнение футбольных упражнений в парах, проведение игры «Футбол» с применением тактических действий. <b>Рефлексивная.</b> Анализ правил игры в мини-футбол.	<b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Коммуникативные:</b> соблюдать дисциплину, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Личностные:</b> проявление терпения.	практическое задание	развитие физических качеств
102	1	Кросс 2000 м		<b>Учебно – познавательная.</b> Демонстрация умения в беге на	<b>Познавательные:</b> контролировать физическую нагрузку по частоте	контрольный	развитие физических

			2000 м. Игра в футбол. Усвоение знаний о правилах соревнований в беге на длинные дистанции. <b>Рефлексивная.</b> Самооценка собственных возможностей в беге на выносливость.	сердечных сокращений. <b>Регулятивные:</b> применять правила подбора инвентаря для эстафетного бега. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного бега на длинные дистанции.	норматив	качеств
--	--	--	---	--	----------	---------

### Ресурсное обеспечение программы

#### Материально-техническое оснащение учебного процесса по предмету «физическая культура»

**Д** – демонстрационный экземпляр ( 1 экземпляр);

**К** – полный комплект (для каждого ученика);

**Ф** – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

**П** – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<b>1</b>	<b>Основная литература для учителя</b>	
<b>2</b>	<b>Стандарт среднего общего образования по физической культуре</b>	<b>Д</b>
<b>1.2</b>	Лях В.И., Программа « Физическая культура 5-9-х классов. – М.: Просвещение, 2013.	<b>Д</b>
<b>1.3</b>	Лях В.И., «Физическая культура 5,6,7 класс», Просвещение М 2015 год Лях В.И., «Физическая культура 8-9 класс», Просвещение М 2016 год	<b>Ф</b>
<b>1.4</b>	<b>Рабочая программа по физической культуре</b>	<b>Д</b>
<b>2</b>	<b>Дополнительная литература для учителя</b>	
<b>2.1</b>	<b>Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»</b>	<b>Ф</b>

2.2	Контрольно-измерительные материалы Физическая культура 5-9 класс»,Москва «Вако»2012 год	Д
2.3	<a href="http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura?page=3">http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura?page=3</a> Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методики физического воспитания 2011г.	Д
2.4	Е.А.Бабенкова, Т.М. Параничева «Растим здорового ребенка»,новые стандарты, Москва 2011 год	Д
2.5	<a href="http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/rabochaya-programma-po-fizkulture-5-7-klass-chasa">http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/rabochaya-programma-po-fizkulture-5-7-klass-chasa</a> Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя Издательство Москва 2011	Д
2.6	Л.В.Байбородова, И.М. Бутин Методика обучения физической культуре 1-11 класс, Москва 2004 год	Д
3	<b>Дополнительная литература для обучающихся</b>	
3.1	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению. « Твой олимпийский учебник»,Москва « Физкультура и спорт» 2010г	Д
4	<b>Технические средства обучения</b>	
4.1	Музыкальный центр	Д
5	<b>Учебно-практическое оборудование</b>	
5.1	Бревно гимнастическое напольное	П
5.2	Козел гимнастический	П
5.3	Канат для лазанья	П
5.4	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	П
5.5	Стенка гимнастическая	П

5.6	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м), мягкая (1.5м)	П
5.7	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания)	П
5.8	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные, мяч резиновый	К
5.9	Палка гимнастическая	К
5.10	Скакалка детская	К
5.11	Мат гимнастический	П
5.12	Гимнастический подкидной мостик	Д
5.13	Кегли	К
5.14	Обруч металлический	Д
5.15	Планка для прыжков в высоту	Д
5.16	Стойки для прыжков в высоту	Д
5.17	Конусы	Д
5.18	Ворота футбольные	Д
5.19	Накидки	П
5.20	Сетка волейбольная и баскетбольная	П
5.21	Лыжи пластиковые деревянные (с креплениями и палками)	П
5.22	Сетка для переноски и хранения мячей	П
5.23	Коньки фигурные и хоккейные	П
5.24	Аптечка	Д