

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 1»
Чистопольского муниципального района РТ

Рассмотрено
на заседании ШМО.
Протокол №1
от 24 августа 2020 года
_____/Васенков В.Н./

Согласовано
с зам. директора.
Протокол СЗ №1
от 24 августа 2020 года
_____/Билалова И.С./

Утверждено и введено
в действие.
Приказ №125
от 25 августа 2020 года
_____/Н.Н.Ислямова/

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
по физической культуре для 5В класса
учителя физической культуры
первой квалификационной категории
Васенкова Владимира Николаевича

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от 25 августа 2020 года

2020-2021 учебный год

Календарно-тематическое планирование составлено в соответствии с:

- основной образовательной программой ООО МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1», утверждённой Приказом от 30.05.2015 № 134;
- рабочей программой основного общего образования по биологии, утверждённой приказом от 30.05.2015 № 134;
- положением о календарно-тематическом планировании муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №1»;
- УМК: Физическая культура. 5-7 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / (М.Я.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова и др.); под ред. М.Я.Виленского. – 4-е изд.- М.: Просвещение, 2015.

Календарно-тематическое планирование 6 класс.

Легкая атлетика (11 ч)

№	Тема урока	Ко л- во час ов	Планируемые результаты освоения материала			Дата проведения	
			Предметные	Метапредметные	Личностные		
1	Легкая атлетика. Овладение техникой спринтерского бега.	11	Уметь: бегать с максимальной скоростью, стартовый разгон в беге на короткие дистанции, запомнить инструктаж, запомнить виды упражнений и их влияние на организм человека.	Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи,	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных	01.09.	
	Основы знаний. Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности на уроках по л/а. Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма. Физическое совершенствование. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением(30-40 м). Высокий старт (до 10-15 м). Встречная эстафета. Подвижная игра «Бег с флажками».	1	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта, распределять силы на дистанции (30 м), правильно финишировать, выполнять технику старта с опорой и стартового разгона в беге на короткие				
2	Основы знаний. Правила соревнований в беге. Физическое совершенствование. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (30 – 60 м) с максимальной скоростью. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 15 – 20 с.) 30 м. - прикидка.	1				02.09.	
3	Физическое совершенствование. Низкий старт (до 10-15 м), бег по дистанции, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Встречная эстафета. Бег (30 м)- на результат. Прикидка на 60 м.	1				03.09.	
	Овладение техникой длительного бега.						

4	Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения, и скоростной бег до 50 метров (2 серии). <i>Бег (60 м) – на результат.</i> Медленный бег до 400м.	1	дистанции. Уметь: бегать с максимальной скоростью (60 м) выполнять	дружбы и толерантности; обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их	(нестандартных) ситуациях и условиях; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	08.09.	
5	Физическое совершенствование. ОРУ. Специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафетный бег в парах. Подвижная игра «Разведчики и часовые». Равномерный, медленный бег до 500 м.	1	технику эстафетного бега, быстро набирать стартовый разгон в беге на короткие дистанции. Уметь: бегать со средней скоростью 800 м., передавать эстафетную палочку на скорости близкой к соревновательной.			09.09.	
6	<i>Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность. Овладение техникой длительного бега.</i>					10.09.	
	Основы знаний. Правила соревнований в метаниях. Физическое совершенствование. Инструктаж при метаниях. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность – <u>обучение финальному усилию.</u> Подвижная игра «Кто дальше бросит». Прикидка на дистанцию 800 м. (без времени)	1	Уметь: метать мяч с места, на дальность, принимать положение «натянутого лука», распределять силы на дистанции 1000 м.				
7	Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег (1000 м) без учета времени. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность – обучение разбегу и «скрестному» шагу при метаниях.	1	Уметь: прыгать в длину с разбега, правильно подбирать разбег, выносить маховую ногу, пробегать без остановок и распределять силы на дистанции 1500 м.			15.09.	
8	<i>Овладение техникой прыжка в длину. Овладение техникой длительного бега.</i>					16.09.	
	Основы знаний. Инструктаж при прыжках. Правила соревнований в соревнованиях по прыжкам. Физическое совершенствование. ОРУ в движении. <i>Метание мяча (150 гр.) на дальность с 4 – 5 шагов разбега – зачет.</i> Повтор прыжков в длину с места.	1	Уметь: прыгать в длину с места и с разбега, метать мяч на дальность, бега на короткие и средние дистанции различным темпом, передавать эстафету, бегать с изменением направления.				
9	Физическое совершенствование. ОРУ. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега: <u>разбег + отталкивание</u> способом «согнув ноги», прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой. Метание в цель (1x1м) с расстояния 6—8 м	1				17.09.	
10	Физическое совершенствование. Специальные беговые и	1					

	прыжковые упражнения. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега способом «согнув ноги».			улучшения.		22.09.	
11	Физическое совершенствование. ОРУ. Бег (1000 м.) – на результат. Сдача задолженностей по разделу «Легкая атлетика».	1				23.09.	

Спортивные игры 16 часов.

12	Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	6	Уметь: : выполнять различные варианты стоек и перемещений, выполнять дриблинг на месте с б/б мячом, делать передачи 1 ногой на месте ф/б мячом.	Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; технически правильно выполнять	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	24.09.	
	Основы знаний. Правила техники безопасности. История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Основные приёмы игры. Физическое совершенствование. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Правила игры в баскетбол. Держание мяча. Дриблинг на месте и в шаге. Прыжки в длину с места – повтор техники.	1					
13	Освоение техники ведения мяча. Физическое совершенствование. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча без сопротивления защитника в парах; а) на месте; б) в движении. Прыжки в длину с места – на результат.	1	Уметь: : выполнять различные варианты ускорений с мячом, бросков, ведения, выполнять дриблинг на месте и в движении, вырывание мяча, выбивание мяча, броски двумя и 1 рукой в/б мяча.	красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; технически правильно выполнять	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	29.09.	
14	Физическое совершенствование. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Передача мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол. Челночный бег – повтор техники.	1			ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	30.09.	
15	Овладение техникой бросков мяча. Физическое совершенствование. Остановка прыжком. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: а) после ведения; б) после ловли. Передача мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Повтор техники броска на 2 шага. Челночный бег – на результат.	1	Уметь: выполнять различные варианты движения с баскетбольным мячом, броски и		Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально	01.10.	
	Освоение индивидуальной техники защиты. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.						

16	Физическое совершенствование. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Ловля и передача мяча. Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Подтягивание – повтор техники.	1	подачу двумя и 1 рукой, ловить с подачи в/б мяч. Уметь: : выполнять различные варианты ускорений с мячом, бросков, ведения, выполнять дриблинг на месте и в движении, вырывание мяча, выбивание мяча,	двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважени	-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	06.10.	
17	Физическое совершенствование. Ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния из – под щита. Бросок на 2 шага. Игра в мини-баскетбол. <i>Подтягивание – на результат.</i>	1	броски двумя и 1 рукой в/б мяча. Уметь: бросить на два шага в корзину. Выполнить передачу мяча над собой и вперед. Подать с заданного расстояния и сверху и снизу.			07.10.	
18	Футбол - (мини-футбол). Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	4				08.10.	
	Основы знаний. Правила техники безопасности История футбола. Основные правила игры в футбол. Физическое совершенствование. Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). Дриблинг на месте правой и левой ногой. Остановки передачи внутренней частью стопы. Упражнение на гибкость (наклон из положения, стоя) – повтор техники.	1					
19	Освоение ударов по мячу и остановок мяча, ударов по воротам.					13.10.	
	Физическое совершенствование. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Ведение и остановки мяча по прямой правой и левой ногой, передачи внутренней частью стопы в парах. <i>Упражнение на гибкость (наклон из положения, стоя)- на результат.</i>	1	планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;				
20	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры.					14.10.	
	Физическое совершенствование. Ведение и остановки мяча по заданному направлению правой и левой ногой, передачи внутренней частью стопы в парах, с перемещением, удары по воротам внутренней частью стопы с места, после ведения.	1					

	Игра в мини-футбол. Упражнение на пресс – повтор техники.		излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности и человека, связь с трудовой и военной деятельностью; представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных	я и взаимопомощи, дружбы и толерантности.		
21	Физическое совершенствование. Дриблинг на месте с мячом, ведение и остановки мяча по заданному направлению правой и левой ногой, передачи внутренней частью стопы в парах, с перемещением, удары по воротам внутренней частью стопы с места, после ведения. Действия вратаря. Игра в мини-футбол. <i>Упражнение на пресс – на результат.</i>	1			15.10.	
22	<i>Пионербол. Владение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.</i>	4			20.10.	
	Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Основные приёмы игры. Физическое совершенствование. Стойки игрока. Передвижения в стойке. Броски мяча двумя руками в парах. Обучение техники передачи сверху 2 руками. Игра «Передал, садись».	1				
23	<i>Освоение техники приёма и передач мяча.</i>	1			21.10.	
	Физическое совершенствование. Стойки игрока. Передвижения в стойке. Броски мяча двумя руками в парах. Передачи в парах и тройках на месте и с перемещением. Поддача из-за головы 1 рукой ч/з сетку, ловля мяча с подачи. Передача сверху 2 руками. Игра «Многобол».					
24	<i>Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.</i>	1			22.10.	
	Физическое совершенствование. Броски мяча двумя руками. Передачи в парах и тройках на месте и с перемещением. Поддача из-за головы 1 рукой ч/з сетку, ловля мяча с подачи. Обучение нападающему броску через сетку. Обучение передаче снизу 2 руками. Игра в пионербол малыми составами.					
25	Физическое совершенствование. Передачи в парах и тройках на месте и с перемещением. Поддача из-за головы 1 рукой ч/з сетку, ловля мяча с подачи. Нападающий бросок из 2 и 4 зоны, ч/з 3, ловля после нападающего броска. Передачи сверху и снизу 2 руками. Игра по упрощенным правилам.	1			27.10.	
	<i>Гандбол. Владение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.</i>	2				

26	Основы знаний. История гандбола. Основные правила игры в гандбол. Физическое совершенствование. Стойки игрока. Передвижения в стойке. Передачи в парах, тройках на месте с перемещением. Обучение технике броска по воротам. Штрафной бросок. Игра «Вышибалы».	1	физических качеств.			28.10.	
27	Освоение ловли, передачи, ведения и бросков мяча. Физическое совершенствование. Передачи в парах, тройках на месте с перемещением. Броски по воротам с места и с разбега. Игра вратаря.	1				29.10.	

Гимнастика 18 часов.

1(28)	Гимнастика. Организующие команды и приёмы. Акробатические упражнения и комбинации. Развитие силовых способностей и силовой выносливости.	18	Уметь: выполнять строевые упражнения, кувырки вперед, вис стоя.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых акробатических комбинаций и упражнений. Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	10.11.	
	Основы знаний. История гимнастики. Основная гимнастика. Спортивная гимнастика. Художественная гимнастика. Аэробика. Спортивная акробатика. Правила техники безопасности и страховки во время занятий физическими упражнениями. Физическое совершенствование. <u>Перестроение</u> из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. <u>Акробатика:</u> кувырок вперед, назад, стойка на лопатках. <u>Перекладина</u> вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подвижная игра «Запрещенное движение».	1	Уметь: выполнять кувырки назад и вперед, составлять простую акробатическую комбинацию.				
2(29)	Основы знаний. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Физическое совершенствование. <u>Перестроение</u> из колонны по два в колонну по одному, ОРУ без предметов на месте. <u>Акробатика:</u> 2-3 кувырка вперед и назад слитно, стойка на лопатках, комбинация из данных элементов. <u>Перекладина</u> вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе - повтор техники.	1	Уметь: выполнять кувырки назад и вперед, составлять простую акробатическую комбинацию. Выполнять вис согнувшись и прогнувшись.		Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости и понимания и сопереживания чувствам других	11.11.	
3(30)	Физическое совершенствование. <u>Перестроение</u> из колонны по два в колонну по одному и наоборот. ОРУ в движении. <u>Акробатика:</u> 2-3 кувырка вперед и назад слитно стойка на лопатках – зачет, длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д). <u>Перекладина</u> Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе.	1	Уметь: выполнять кувырки назад и вперед, , длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д). Выполнять вис согнувшись и			12.11.	
4(31)	Физическое совершенствование. <u>Перестроение</u> из колонны по	1					

	<p>одному в колонну по четыре дроблением и сведением. <u>Акробатика:</u> 2-3 кувырка вперед и назад слитно стойка на лопатках, длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д). ОРУ в движении. <u>Перекладина</u> Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.) – зачет. Комбинация из изученных элементов (м).</p>		<p>прогнувшись. Уметь: выполнять стойку на голове и руках (м), мост и поворот в упор стоя на 1 колене (д)</p>	<p>Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Формирование умения выполнять задание в соответствии с поставленной целью.</p>	<p>людей. Формирование эстетических потребностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p>	17.11.	
5(32)	<p>Развитие координационных способностей. Физическое совершенствование. <u>Перестроение</u> из колонны по два в колонну по одному с разведением и слиянием, но восемь человек в движении. ОРУ в движении. <u>Акробатика:</u> 2-3 кувырка вперед и назад слитно стойка на лопатках, длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д) – комбинация из 5-6 элементов. Стойка на голове и руках (м), мост и поворот в упор, стоя на 1 колене (д). <u>Перекладина:</u> Комбинация из изученных элементов, подъем переворотом или выход силой на 1 руку (м). Развитие силовых способностей. <u>Бревно:</u> различные виды ходьбы (д). Развитие координационных способностей. Подвижная игра «Удочка».</p>	1	<p>,кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д), составлять простую акробатическую комбинацию. Выполнять вис согнувшись и прогнувшись (м), различные виды ходьбы на бревне (д), выполнять подъем в 2 приема на канате.</p>	<p>Способы организации рабочего места. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях</p>		18.11.	
6(33)	<p>Развитие координационных способностей. Развитие силовых способностей и силовой выносливости. Физическое совершенствование. <u>Акробатика:</u> 2-3 кувырка вперед и назад слитно стойка на лопатках, длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д) – зачет. Комбинация из 5-6 элементов. Стойка на голове и руках (м), мост и поворот в упор, стоя на 1 колене (д). Развитие гибкости. <u>Перекладина:</u> Комбинация из изученных элементов, подъем переворотом или выход силой на 1 руку(м). Развитие силовых способностей. <u>Бревно:</u> различные виды ходьбы, поворотов (д). <u>Канат:</u> подъем в 2 приема.</p>	1	<p>Уметь: выполнять комбинацию из 6-7 изученных эл-в ,кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д). выполнять подъем в 2 приема на канате.</p>	<p>Описывают технику акробатических упражнений и составляют</p>		19.11.	
7(34)	<p>Физическое совершенствование. <u>Акробатика:</u> 2-3 кувырка вперед и назад слитно стойка на лопатках, длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д). Стойка на голове и руках (м), мост и поворот в упор, стоя на 1 колене (д). Комбинация из 6-7 элементов. <u>Перекладина:</u> Комбинация из изученных элементов, подъем переворотом или выход силой на 1 руку (м) – зачет.</p>	1	<p>Описывают технику акробатических упражнений и составляют</p>	<p>даже в ситуациях</p>		24.11.	

	<u>Бревно</u> : <i>различные виды ходьбы - зачет</i> , поворотов (д). Развитие координационных способностей. <u>Канат</u> : подъем в 2 приема.		акробатические комбинации из числа разученных упражнений. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику.	неуспеха. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.		
8(35)	Физическое совершенствование. <u>Акробатика</u> : 2-3 кувырка вперед и назад слитно стойка на лопатках, длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д). <i>Стойка на голове и руках (м), мост и поворот в упор, стоя на 1 колене (д) – зачет.</i> Комбинация из 6-7 элементов. <u>Перекладина</u> : Комбинация из изученных элементов. <u>Бревно</u> : Комбинация из изученных элементов (д). <u>Канат</u> : подъем в 2 приема.		Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности. Описывают технику гимнастических упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности. Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Описывать технику акробатических упражнений.	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	25.11.	
9(36)	Физическое совершенствование. <u>Акробатика</u> : обучение комбинации из 6-7 изученных элементов. <u>Перекладина</u> : <i>Комбинация из изученных элементов, - зачет (м).</i> <u>Бревно</u> : <i>Комбинация из изученных элементов – зачет (д).</i> <u>Канат</u> : подъем в 2 и в 3 приема.	1	Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности. Описывают технику гимнастических упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности. Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Описывать технику акробатических упражнений.	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	26.11.	
10(37)	Развитие скоростно-силовых способностей.	1	Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности. Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Описывать технику акробатических упражнений.	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	01.12.	
	Физическое совершенствование. <u>Акробатика</u> : обучение комбинации из 6-7 изученных элементов. <u>Канат</u> : подъем в 2 и в 3 приема. <u>Опорный прыжок</u> : вскок в упор-присев, соскок, прогнувшись с 1 шага.					
11(38)	Физическое совершенствование. <u>Акробатика</u> : обучение комбинации из 6-7 изученных элементов. <u>Канат</u> : подъем в 2 и в 3 приема. <u>Опорный прыжок</u> : вскок в упор-присев, соскок, прогнувшись с 2-3 шагов разбега.	1	Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности. Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Описывать технику акробатических упражнений.	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	02.12.	
12(39)	Физическое совершенствование. <u>Акробатика</u> : <i>комбинация из 6-7 изученных элементов – зачет (мальчики).</i> <u>Канат</u> : подъем в 2 и в 3 приема. <u>Опорный прыжок</u> : вскок в упор-присев, соскок, прогнувшись с 4-5 шагов разбега.	1	Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности. Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Описывать технику акробатических упражнений.	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	03.12.	
	Основы единоборств с элементами национальных игр. Упражнения на мышцы спины и пресса.		Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности. Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Описывать технику акробатических упражнений.	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.		

13(40)	<p>Физическое совершенствование. <u>Элементы единоборств:</u> Инструктаж по ТБ. Правила поведения учащихся. Стойки и передвижения в стойке.</p> <p><u>Акробатика:</u> <i>комбинация из 6-7 изученных элементов – зачет (девочки).</i></p> <p><u>Канат:</u> подъем в 2 и в 3 приема.</p> <p><u>Опорный прыжок:</u> вскок в упор-присев, соскок, прогнувшись с 4-5 шагов разбега. Подвижная игра «Челнок».</p>		Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Оказывают помощь сверстникам в освоении	рассуждений, отнесения к известным понятиям.		08.12.	
14(41)	<p>Физическое совершенствование. <u>Элементы единоборств:</u> Стойки и передвижения в стойке. Национальная игра «Жмурки» (Кузбайлау уены).</p> <p><u>Канат:</u> подъем в 2 и в 3 приема.</p> <p><u>Опорный прыжок:</u> козел в ширину (д), в длину (ю) 90-100 см.</p> <p><i>Подтягивания в висе – на результат (м). Сгибание, разгибание рук в упоре лежа (д).</i></p>	1	упражнений в лазанье и перелезании, анализируют их технику, выявляют ошибки и помогают в их исправлении.			09.12.	
15(42)	<p>Физическое совершенствование. <u>Элементы единоборств:</u> Стойки и передвижения в стойке. Подвижные игры с элементами борьбы «Бой петухов».</p> <p>Подтягивание из виса (юноши), из виса лежа (девушки). Метание набивного мяча из – за головы (сидя, стоя), назад (через голову, между ног), от груди двумя руками или одной, сбоку одной рукой. Упражнения для мышц брюшного пресса на гимнастической скамейке и стенке.</p> <p><u>Канат:</u> подъем в 2 и в 3 приема.</p> <p><u>Опорный прыжок:</u> <i>козел в ширину (д), в длину (ю) 90-100 см. – зачет.</i></p>	1	Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Описывают технику упражнений в лазанье и перелезании,			10.12.	
16(43)	<p>Физическое совершенствование. <u>Элементы единоборств:</u> Борьба за предмет. Подвижные игры с элементами борьбы «Выталкивание из круга».</p> <p>Упражнения для мышц брюшного пресса и спины на гимнастической скамейке и стенке.</p> <p><u>Канат:</u> подъем в 2 и в 3 приема. Подвижная игра «Бездомный заяц».</p>	1	составляют комбинации из числа разученных упражнений. Осваивать универсальные			15.12.	
17(44)	<p>Физическое совершенствование. <u>Элементы единоборств:</u> Стойки и передвижения в стойке. Национальная игра «Ловишки» (Тотыш уены).</p> <p><u>Развитие силовых способностей:</u> ОРУ на осанку. Метание набивного мяча из – за головы (сидя, стоя), назад (через голову,</p>	1	умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических			16.12.	

	<p>между ног), от груди двумя руками или одной, сбоку одной рукой. Упражнения для мышц брюшного пресса на гимнастической скамейке и стенке.</p> <p>Канат: <i>подъем в 2 и в 3 приема – зачет.</i></p>		упражнений.				
18(45)	<p>Физическое совершенствование. Сдача задолженностей по гимнастике .</p> <p><u>Развитие силовых способностей:</u> ОРУ на осанку. Метание набивного мяча из – за головы (сидя, стоя), назад (через голову, между ног), от груди двумя руками или одной, сбоку одной рукой. Упражнения для мышц брюшного пресса на гимнастической скамейке и стенке.</p> <p><u>Элементы единоборств:</u> Борьба за предмет. Подвижные игры с элементами борьбы «Перетягивание в парах». Элементы борьбы на руках – арм. спорт.</p>	1				17.12.	

Спортивные игры 3 часа.

19(46)	<p>Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек, ведения, бросков мяча.</p> <p>Волейбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек приёма и передач мяча.</p>	3	<p>Организовывают и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.</p>	<p>Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.</p>	22.12.	
	<p>Физическое совершенствование. <u>Волейбол:</u> передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками с подачи. Верхняя прямая подача с 7-9 м. обучение нападающему удару из 2 и 4 зоны.</p> <p><u>Баскетбол:</u> броски со средней дистанции, штрафные броски, бросок в два шага в корзину, вырывание и выбивание мяча. Учебная игра по желанию учащихся.</p>	1					
20(47)	<p>Физическое совершенствование. <u>Волейбол:</u> передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками с подачи. Верхняя прямая подача, обучение нападающему удару из 2 и 4 зоны.</p> <p><u>Баскетбол:</u> броски со средней дистанции, штрафные броски, бросок в два шага в корзину, вырывание и выбивание мяча.</p>	1					
21(48)	<p>Физическое совершенствование. <u>Волейбол:</u> передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками с подачи. Верхняя прямая подача, обучение нападающему удару из 2 и 4 зоны.</p> <p><u>Баскетбол:</u> броски со средней дистанции, штрафные броски,</p>	1				24.12.	

	бросок в два шага в корзину, вырывание и выбивание мяча. Учебная игра по желанию учащихся.						
--	---	--	--	--	--	--	--

Плавание (5часов)

1(49)	<i>Теоретическая часть раздела. Развитие координационных способностей.</i>	2	Описывают технику передвижения по воде в зависимости от стиля. Осваивают её под руководством учителя и самостоятельно, выявляют и устраняют ошибки.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. 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	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать	12.01.	
	Основы знаний. Инструктаж по Т.Б. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом (плавание). Режим дня и его основное содержание. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Физическое совершенствование. Имитация упражнений для освоения в водной среде (имитация погружение с «поплавок», «звездочка», задержка дыхания).	1					
2(50)	Основы знаний. Названия упражнений и основные признаки техники плавания. Физическое совершенствование. Имитация упражнения для освоения в водной среде (погружение «поплавок», «звездочка», задержка дыхания). Имитация движения ног и рук при плавании способом кроль на груди. Имитация техники «брасса» (работа рук и ног).	1	Варьируют стили передвижения в зависимости от особенностей физической подготовленности. Проявлять выносливость при проплывании дистанций разученными способами. Применять правила подбора одежды и гигиены для занятий плаванием.			13.01.	
3(51)	<i>Практическая часть раздела. Освоение техники плавания. Развитие координационных способностей.</i>	3	Объяснять технику выполнения поворотов, прыжков. Осваивать технику поворотов, прыжков.			14.01.	
	Физическое совершенствование. Подводящие упражнения в лежании на воде, всплывании и скольжении. Упражнения для освоения в водной среде (погружение «поплавок», «звездочка», задержка дыхания). Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди. Проплывание отрезков, держась за плавучий предмет.	1					
4(52)	Физическое совершенствование. Упражнения с задержкой дыхания. Вход в воду из различных исходных положений. Работа рук и ног при плавании способом «брасс», держась за плавучий предмет. Игра «Искатели жемчуга».	1				19.01.	

5(53)	Физическое совершенствование. Упражнения по совершенствованию техники движений ног и рук с разными способами. Старты с воды, повороты, ныряния. Повторное проплывание отрезков 25-50м. любым способом.	1	Уметь: погружаться в воду, задерживать дыхание, работать ногами и руками при кроле, брассе, плыть на фоне усталости. Старты с воды, повороты в воде. Прыгать с тумбочки ногами вниз, «рыбкой».	опыта. умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.	бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	20.01.	
-------	---	---	--	---	--	--------	--

Лыжная подготовка (17 часов).

6(54)	Лыжная подготовка. Освоение техники лыжных ходов. Попеременные ходы.	12	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о	21.01.	
	Основы знаний. Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Физическое совершенствование. Построение на лыжах. Скользящий шаг без палок. Дистанция до 300 м.	1					
7(55)	Основы знаний. Требования к одежде и обуви занимающегося лыжами. Температурный режим. Физическое совершенствование. Скользящий шаг с палками. Попеременный двухшажный ход. Дистанция до 300м.	1				26.01.	
8(56)	Основы знаний. Оказание помощи при обморожениях. Физическое совершенствование. Скользящий шаг - зачет. Попеременный двухшажный ход. Свободное прохождение дистанции до 500м. Игры на лыжах.	1				27.01.	
9(57)	Физическое совершенствование. Попеременный двухшажный ход - зачет. Свободное прохождение					28.01.	

	дистанции до 500м. Игры на лыжах.		Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. Описывают технику передвижения на лыжах.	освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. 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. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.		
10(58)	Физическое совершенствование. Повтор пройденных лыжных ходов, элементов на склонах. <i>Прохождение дистанции 500 м. на время.</i>	1				02.02.	
11(59)	<i>Лыжная подготовка. Освоение техники лыжных ходов. Одновременные ходы.</i>	1				03.02.	
	Физическое совершенствование. Повтор техники пройденных ходов. Одновременный бесшажный ход. Прохождение свободным темпом до 1 км.						
12(60)	Физическое совершенствование. Повтор техники пройденных ходов. <i>Одновременный бесшажный ход - зачет.</i> Одновременный 2-х шажный ход. Повороты переступанием. Игры на лыжах.	1				04.02.	
13(61)	Физическое совершенствование. Повтор техники пройденных ходов. Одновременный 2-х шажный ход. Повороты переступанием. Прохождение свободным темпом до 1 км.	1				09.02.	
14(62)	Физическое совершенствование. Повтор техники пройденных ходов. <i>Одновременный двухшажный ход - зачет.</i> Игры на лыжах.	1				10.02.	
15(63)	<i>Лыжная подготовка. Освоение техники упражнений на возвышенности.</i>	1				11.02.	
	Физическое совершенствование. Одновременные и попеременные ходы Спуск в низкой стойке. Подъем «лесенкой». Прохождение свободным темпом до 1 км.						
16(64)	Физическое совершенствование. Одновременные и попеременные ходы Спуск в средней и высокой стойке. Подъем «лесенкой». Пробное прохождение дистанции 1 км. на время.		самостоятельно, выявляют и устраняют ошибки. Варьируют способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей			16.02.	
17(65)	Физическое совершенствование. Повторение лыжных ходов. Спуски, подъемы, торможение «плугом». Игры на лыжах.	1				17.02.	
	<i>Лыжная подготовка. Прохождение дистанций на выносливость.</i>						

18(66)	Физическое совершенствование. Повторение техники пройденных лыжных ходов. Упражнений на склонах. <i>Прохождение дистанции на 1 км. на время.</i>	1	лыжной трассы.			18.02.	
19(67)	Физическое совершенствование. <i>Упражнения на склонах: подъем «елочкой», торможение «плугом» - зачет.</i> Прохождение свободным темпом до 1,2 км.	1				23.02.	
20(68)	Физическое совершенствование. Повторение техники пройденных лыжных ходов. Упражнений на склонах. Игры на лыжах	1				24.02.	
21(69)	Физическое совершенствование. Повторение техники пройденных лыжных ходов. <i>Прохождение дистанции на 1 км. на время (повторная гонка).</i>	1				25.02.	
22(70)	Физическое совершенствование. Повторение техники пройденных элементов лыжной подготовки, упражнений на склонах. Сдача задолженностей по лыжной подготовке.	1				02.03.	

Спортивные игры – 8 часов.

23(71)	Спортивные игры. Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Освоение техники ведения мяча.	3	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Формирование	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания	03.03.	
	Основы знаний. Основные правила игры в баскетбол. Основные приёмы игры. Правила техники безопасности. Физическое совершенствование. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Различные варианты передач в парах. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	1					
24(72)	Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.	1			и	04.03.	
	Физическое совершенствование. Ведение мяча – зачет. Ведение с изменением скорости и направления, броски мяча двумя руками от груди с места в парах. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.						
25(73)	Физическое совершенствование. Ведение мяча с изменением	1	Описывают	способов	и соперничества		

	направления и скорости. Передачи мяча двумя руками от груди в парах - зачет. Броски по кольцу на 2 шага. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.		технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.	позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.	чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	09.03.	
26(74)	Спортивные игры. Волейбол. Освоение техники приёма и передач мяча. Освоение техники нижней прямой подачи.	2	Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей. Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в		10.03.	
	Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Основные приёмы игры в волейбол. Правила техники безопасности. Физическое совершенствование. Передачи сверху 2 руками в парах на месте и после перемещения вперед. Передачи над собой. Передачи через сетку. Игра по упрощенным правилам.	1					
27(75)	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.	1	Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в		11.03.	
	Физическое совершенствование. Различные варианты передач сверху 2 руками. Прием-передача снизу 2 руками в парах на месте и с перемещением вперед. Передача сверху 2 руками после подброса партнером – зачет (на точность). Нападающий удар с места и в прыжке после подброса партнером. Игра по упрощенным правилам.						
28(76)	Спортивные игры. Футбол – мини-футбол. Краткая характеристика вида спорта. Освоение ударов по мячу и остановок мяча. Овладение техникой ударов по воротам. Освоение тактики игры.	3	Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в		16.03.	
	Основы знаний. Основные правила игры в футбол. Основные приёмы игры в футбол. Физическое совершенствование. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Ведение и остановки мяча по прямой правой и левой ногой, передачи внутренней частью стопы в парах, с перемещением, удары по воротам внутренней частью стопы с места.	1					
29(77)	Физическое совершенствование. Ведение и остановки мяча – зачет. Ведение по заданному направлению правой и левой ногой, передачи внутренней частью стопы в парах, с перемещением, удары по воротам внутренней частью стопы с места, после ведения. Игра в мини-футбол.	1	кондиционных способностей. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом	соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.		17.03.	

30(78)	Физическое совершенствование. Дриблинг на месте с мячом, ведение и остановки мяча по заданному направлению правой и левой ногой, передачи внутренней частью стопы в парах, с перемещением, удары по воротам внутренней частью стопы с места, после ведения. Игра в мини-футбол.	1	воздухе.			18.03.	
--------	--	---	----------	--	--	--------	--

Легкая атлетика (4 часа).

1(79)	Легкая атлетика. Прыжковые упражнения. Овладение техникой прыжка в высоту.	4	Описывать технику прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжков. Осваивать технику прыжков различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	01.04.	
	Инструктаж по Т.Б. Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом «перешагивание». Подбор разбега и отталкивание. Повторение техники прыжков в длину с места. Спортивные игры.	1					
2(80)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом «перешагивание». Переход через планку. Совершенствование техники прыжков в длину с места. Спортивные игры.	1					
3(81)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом «перешагивание». Приземление. Прыжки в длину с места – на результат. Спортивные игры.	1					
4(82)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом «перешагивание» - зачет. Спортивные игры.	1					

Спортивные игры (12 часов).

	Спортивные игры. Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Освоение техники ведения мяча.	4	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организовыва	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной		
--	--	---	--	---	---	--	--

5(83)	ТБ при спорт. играх. Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ с мячом. Ведения мяча. Ловля и передача мяча. Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину.	1	ют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство.	ее осуществления. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	13.04.	
6(84)	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры.	1	Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	14.04.	
	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ с мячом. Ведения мяча - зачет. Ловля и передача мяча. Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину.						
7(85)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом.	1	Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.	Формирование способов взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	15.04.	
8(86)	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.	1	Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.	Формирование способов взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	20.04.	
	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ с мячом. Бросок в кольцо на 2 шага – зачет. Специальные беговые упражнения. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – обводка четырех стоек – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Учебная игра.						
9(87)	Спортивные игры. Волейбол. Освоение техники приёма и передач мяча. Освоение техники прямого нападающего удара. Освоение техники нижней прямой подачи.	3	Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе.	Формирование способов взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинирова	21.04.	
	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ. Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, с перемещением, через сетку. Прием мяча снизу двумя руками с подачи. Верхняя прямая подача с 7-9 м. Повторение техники нападающего удара из 2 и 4 зоны. Игра пионербол с элементами волейбола. Упражнение на гибкость (наклон из положения, стоя) – на результат.						

			Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.	сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.	нности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.		
10(88)	Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.						
	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ. Передачи с перемещением, через сетку Сочетание прием + пас, пас + удар. Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах (на точность) – зачет. Повторение техники нападающего удара из 2 и 4 зоны, подачи.	1				22.04.	
11(89)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ. Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, с перемещением, через сетку. Нижняя прямая подача с 6 м. Сочетание прием + пас, пас + удар. Повторение техники нападающего удара из 2 и 4 зоны.	1	Применяют правила подбора одежды для занятий в открытом воздухе. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.			27.04.	
	Спортивные игры. Футбол – мини-футбол. Освоение ударов по мячу и остановок мяча. Владение техникой ударов по воротам.	3					
12(90)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, средней частью подъема. Остановка мяча. Ведение по прямой и с изменением направления. Подтягивания – на результат.	1				28.04.	
	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры.						
13(91)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ. Передачи мяча в парах на месте на точность внутренней стороной стопы – зачет. Ведение по прямой и с изменением направления. Удары по воротам указанными способами. Выбивание мяча. Игра вратаря. Игра мини-футбол по заданиям.	1				29.04.	
14(92)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ. Передачи внутренней стороной стопы, средней частью подъема. Остановка мяча. Ведение по прямой и с изменением направления. Удары по воротам по неподвижному мячу (правой и левой ногой верхом и низом). Выбивание мяча. Игра вратаря. Игра мини-футбол по заданиям.	1				04.05.	
	Спортивные игры. Гандбол. Освоение ловли и передач мяча. Освоение техники ведения мяча.	2					

15(93)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ. Стойки и перемещения в стойках, остановки прыжком, шагом, повороты с мячом и без мяча. Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге.). Ведение в разной стойке на месте, ведение по прямой и с изменением направления. Броски по воротам с места и с прыжка. Игра в гандбол по упрощенным правилам. Челночный бег – на результат.	1				05.05.	
16(94)	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ. Стойки и перемещения в стойках, остановки прыжком, шагом, повороты с мячом и без мяча. Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге.). Ведение в разной стойке на месте, ведение по прямой и с изменением направления. Броски по воротам с места и с прыжка. Игра в гандбол по упрощенным правилам. Пресс – на результат.	1				06.05.	

Легкая атлетика (11 часов).

17(95)	Легкая атлетика. Овладение техникой спринтерского бега.	11	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.	Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы.	11.05.	
	Основы знаний. Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья. Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Высокий Старт (15-30 м). Стартовый разгон, бег по дистанции (40-50 м). Специальные беговые упражнения. Определение результатов в спринтерском беге; бег с ускорением 2 – 3 серии по 20 – 40 метров. 30м прикидка.	1	Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие самостоятельности и личной		

18(96)	Физическое совершенствование. Специальные беговые упражнения. Бег (30 м)- тестирование. Старт с опорой на 1 руку (<i>до 10-15 м</i>), бег с ускорением (<i>40-50 м</i>), бег по дистанции. Встречная эстафета. <u>Прикидка на 60 м.</u>	1	сокращений при выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Применяют вариативные упражнения в ходьбе для развития координационных способностей.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	12.05.	
19(97)	Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность. Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Высокий старт (<i>до 10-15 м</i>). Специальные беговые упражнения. Бег (60 м) – на результат. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность – повторение финального усилия. Метание в вертикальную цель (1 х 1 м) с расстояния 6—8 м. Бег до 500 м.				Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	13.05.	
20(98)	Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность – повторение финального усилия + разбег. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Бег до 800 м.	1	Описывают технику выполнения метательных упражнений, осваивают её самостоятельно. Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений. Выбирают индивидуальный темп передвижения, контролируют темп бега по частоте сердечных сокращений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила.		Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	18.05.	
21(99)	Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения, развитие выносливости. Метание мяча (150 гр.) с 4 – 5 шагов разбега – зачет.	1				19.05.	
22(100)	Физическое совершенствование. ОРУ на месте. Разнообразные прыжки и многоскоки. Бег (1000 м) – на результат.	1			Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	20.05.	
23(101)	Овладение техникой длительного бега. Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Повторная сдача бега на 1 км. Спортивные игры.	1				25.05.	
24(102)	Овладение техникой прыжка в длину. Физическое совершенствование. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега: <u>разбег + отталкивание + приземление</u> , способом «согнув ноги». Специальные беговые упражнения.	1				26.05.	

25(103)	Физическое совершенствование. ОРУ в движении. <i>Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега способом «согнув ноги» - на результат.</i>	1			27.05.	
26(104)	Физическое совершенствование. Сдача задолженностей по легкой атлетике. Спортивные и подвижные игры на свежем воздухе.	1			27.05.	
27(105)	Спортивные и подвижные игры на свежем воздухе.	1			27.05.	