# 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 6Б, 6В классов учителя физической культуры первой квалификационной категории Васенкова Владимира Николаевича

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

#### 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	Планируемые р	езультаты освоения м	атериала	Дат	га
$N_{\underline{0}}$		л- во Пр час ов  ского 11 Уп ма				прове	дения
		во	Предметные Максимальной скоростью, стартовый разгон в беге на короткие дистанции, запомнить инструктаж, запомнить виды упражнений и их влияние на организм человека. 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	Метапредметные	Личностные		
		час					
		_					
	Легкая атлетика. Овладение техникой спринтерского	11		Характеризовать	Активно	02.09.	
	бега.		-	явления (действия	включаться в		
	Основы знаний. Первичный инструктаж на рабочем месте	1	1 -	и поступки), давать	общение и		
	по технике безопасности на уроках по л/а. Познай себя		1 -	им объективную	взаимодействие		
1	(&2) учебник.		1	оценку на основе	со сверстниками		
	Физическое совершенствование. Специальные беговые		1	освоенных знаний	на принципах		
	упражнения. Бег с ускорением(30-40 м). Высокий старт (до			и имеющегося	уважения и		
	10-15 м). Встречная эстафета.	1	-	опыта;	доброжелательн	02.00	
2	Физическое совершенствование. Специальные беговые	1		находить ошибки	ости,	03.09.	
	упражнения. Бег с ускорением (30 – 60 м) с максимальной скоростью. Максимально быстрый бег на месте (сериями			при выполнении	взаимопомощи и		
	по $15 - 20$ с.). Высокий старт ( <i>до</i> $10-15$ м), бег с ускорением		_	учебных заданий,	сопереживания;		
			<u> </u>	отбирать способы	проявлять		
	скоростных возможностей.			их исправления;	положительные		
	30 м. прикидка.		` //	общаться и	качества		
3	Физическое совершенствование. Бег	1	1 1	взаимодействовать	личности и	05.09.	
	(30 м)- на результат. Высокий старт (до 10-15 м), бег по	•	1 1	со сверстниками на	управлять	00.07.	
	дистанции, специальные беговые упражнения, развитие		,	принципах	СВОИМИ		
	скоростных возможностей. Встречная эстафета. Прикидка на 60		1 -	взаимоуважения и	эмоциями в		
	M.			взаимопомощи,	различных	00.00	
	Овладение техникой длительного бега.		_			09.09.	

	Φυρινιασμού αρροπικουστρορομία ODV η πρυγγάννα	1	тистопини	uning ti	(ноотонновти уу)	
4	Физическое совершенствование. ОРУ в движении.	1	дистанции.	дружбы и	(нестандартных)	
4	<b>Бег (60 м)</b> – <b>на результат</b> . Техника передачи эстафетной		Уметь: бегать с	толерантности;	ситуациях и	
	палочки. Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (50-60		максимальной скоростью	обеспечивать	условиях;	
	м), специальные беговые упражнения, развитие скоростных воз-		(60 м) выполнять	защиту и	проявлять	
	можностей. Медленный бег до 400м.		технику эстафетного	сохранность	дисциплинирова	10.00
5	Физическое совершенствование. ОРУ. Эстафетный бег в	1	бега, быстро набирать	природы во время	нность,	10.09.
	парах. Специальные беговые упражнения, развитие скоростных		стартовый разгон в беге	активного отдыха и	трудолюбие и	
	возможностей. Развитие скоростных качеств. Медленный		на короткие дистанции.	занятий	упорство в	
	бег до 800 м.		Уметь: бегать со	физической	достижении	
	Овладение техникой метания малого мяча в цель и на		средней скоростью 800 м.,	*	поставленных	12.09.
	дальность. Овладение техникой длительного бега.		передавать эстафетную	культурой;		
	Основы знаний. Правила соревнований в метаниях.	1	палочку на скорости	организовывать	целей;	
6	Физическое совершенствование. Инструктаж при		близкой к	самостоятельную	оказывать	
	метаниях. ОРУ в движении. Специальные беговые		соревновательной.	деятельность с	бескорыстную	
	упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: метать мяч с	учетом требований	помощь своим	
	(кроссовая подготовка). Метание теннисного мяча с 4 – 5		места, на дальность,	ее безопасности,	сверстникам,	
	шагов разбега на дальность – обучение финальному		принимать положение	сохранности	находить с ними	
	усилию. Прикидка на дистанцию 1000 м. (без времени).		«натянутого лука»,	инвентаря и	общий язык и	
7	Физическое совершенствование. ОРУ в движении.	1	распределять силы на	оборудования,	общие интересы.	16.09.
	Специальные беговые упражнения. Бег 1000м - на		дистанции 1000 м.	организации места	, 1	
	<i>результат</i> . Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов		Уметь: прыгать в длину	занятий;		
	разбега на дальность - обучение разбегу и «скрестному»		с разбега, правильно			
	шагу при метаниях.		подбирать разбег,	планировать		
	Овладение техникой прыжка в длину. Овладение		выносить маховую	собственную		
	техникой длительного бега.		ногу, пробегать без	деятельность,		
8	Основы знаний. Инструктаж при прыжках. Правила	1	остановок и	распределять		
	соревнований в соревнованиях по прыжкам.		распределять силы на	нагрузку и отдых в		17.09.
	Физическое совершенствование. ОРУ в движении.		дистанции 1500 м.	процессе ее		
	Повтор техники прыжков в длину с места. Метание мяча		Уметь: прыгать в длину	выполнения;		
	(150 гр.) с 4 – 5 шагов разбега – зачет.		с места и с разбега,	анализировать и		
9	Физическое совершенствование. ОРУ. Прыжок в длину с	1	метать мяч на	объективно		19.09.
	7-9 шагов разбега: разбег + отталкивание способом «согнув	_	дальность, бега на	оценивать		
	ноги», прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение		короткие и средние			
	отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на		дистанции различным	результаты		
	одной ноге, делая активный мах другой. Прыжки в длину		темпом, передавать	собственного		
	с места – на результат. Развитие скоростно-силовых		эстафету, бегать с	труда, находить		
	качеств (кроссовая подготовка бег на 1200 м. без учета		изменением	возможности и		
	времени).		направления.	способы их		
	aponomi.		<u>*</u>	1		

10	Физическое совершенствование. Специальные беговые	1				улучи	пения.		23.09.
	упражнения. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега: разбег +								
	<u>отталкивание + приземление,</u> способом «согнув ноги». Кроссовый бег - 1200 м. – на результат.								
11	Физическое совершенствование. ОРУ.	1							24.09.
11	Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега способом «согнув	1							24.09.
	ноги». Сдача задолженностей по разделу «Легкая								
	атлетика».								
		ртив	ные и	гры 16	часов.				
12	Баскетбол. Овладение техникой передвижений, останово			6	Уметь: :		Видеть красоту	Формировани	
	воротов и стоек.				выполнять		движений,	е навыка	
	•				различные		выделять и	систематичес	26.09.
	Основы знаний. Баскетбол (&15) учебник. Правила			1	варианты сто	ек и	обосновывать	кого	
	безопасности. Основные правила игры в баскетбол. Основные	е при	емы		перемещений			наблюдения	
	игры.				выполнять		эстетические	за своим	
	Физическое совершенствование. Стойка игрока; перемен				дриблинг на	месте	признаки в	физическим	
	стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; о	Стано	эвка		с б/б мячом,		движениях и	состоянием,	
	двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом.				делать переда		передвижениях	величиной	
	Освоение техники ведения мяча. Физическое совершенствование. Комбинация из ос	своен			ногой на мес	оценивать	физических	30.09.	
13	<b>Физическое совершенствование.</b> Комбинация из ос элементов техники передвижений. Ведение мяча на месте. С			1	ф/б мячом.		нагрузок.	30.09.	
13	прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одн			1	Уметь: :		красоту		
	от плеча без сопротивления защитника в парах; а) на мес				выполнять		телосложения и	Развитие	
	движении. Челночный бег – на результат.	.,	о) в		различные		осанки,	самостоятель	
14	Физическое совершенствование. Ведение мяча в низкой, сред	лней	и	1	варианты		сравнивать их с		01.10.
1	высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с	<b>Д</b> 111 <b>0</b> 11		•	ускорений с		эталонными	личной	01.10.
	изменением направления движения и скорости. Ловля мяча д	вумя			мячом, броск	юв,	образцами;	ответственнос	
	руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол. Разв	-			ведения, выполнять		управлять	ти за свои	
	координационных качеств. Упражнение на гибкость (наклов				выполнять дриблинг на	месте	эмоциями при	поступки на основе	
	результат.				и в движении		общении со	представлени	
15	Овладение техникой бросков мяча.				вырывание м	*	сверстниками и	й о	
	Физическое совершенствование. Остановка прыжком. Бро				выбивание м		взрослыми,	нравственных	03.10.
	двумя руками от груди с места; броски одной и двумя р	рукам	ии в	1	броски двумя		сохранять	нормах.	
	движении без сопротивления защитника: а) после ведения;				рукой в/б мяч		хладнокровие,	1	
	ловли. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках				Уметь: выпол		сдержанность,	Развитие	
	двумя руками от головы после ловли мяча. <i>Поднимание тул</i>	ювиі	ца —		различные		рассудительнос	этических	
	на результат.				варианты		ть; технически	YYY ID OTT D	
16	Освоение индивидуальной техники защиты. Овладение и	грой	u				12, 10mm 100mm		
							·		

	комплексное развитие психомоторных способностей.  Физическое совершенствование. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Ловля и передача мяча. Вырывание и выбивание 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. Игра в мини-баскетбол.	1	движении с баскетбольным мячом, броски и подачу двумя и 1 рукой, ловить с подачи в/б мяч. Уметь:	правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта,	доброжелател ьности и эмоционально -нравственной отзывчивости, понимания и сопереживани	07.10.
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. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол малыми составами по заданиям.		выполнять различные варианты ускорений с мячом, бросков, ведения, выполнять	использовать их в игровой и соревновательн ой деятельности. характеризоват ь явления	я чувствам других людей. Формировани е эстетических	08.10.
18	Футбол - (мини-футбол). Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.  Основы знаний. Футбол (&18) учебник. Правила техники безопасности. 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).	1	дриблинг на месте и в движении, вырывание мяча, выбивание мяча, броски двумя и 1 рукой в/б мяча. Уметь: бросить на два шага в корзину.	(действия и поступки),         давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и	потребностей, ценностей и чувств.  Формировани е и проявление положительных качеств	10.10.
19	Освоение ударов по мячу и остановок мяча, ударов по воротам.  Физическое совершенствование. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Ведение и остановки мяча по заданному направлению правой и левой ногой, передачи внутренней частью стопы в парах, с перемещением.	1	Выполнить передачу мяча над собой и вперед. Подать с заданного расстояния и	имеющегося опыта; находить ошибки при выполнении	личности, дисциплинир ованности, трудолюбия и упорства в достижении	14.10.
20	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры.  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. Игра в мини-футбол.  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	1	расстояния и сверху и снизу. планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием	учебных заданий, отбирать способы их исправления; общаться и взаимодейство вать со сверстниками	поставленной цели.	15.10. 17.10.

	внутренней частью стопы с места, после ведения. Игра в мини-футбол.		средств	на принципах	
	Волейбол. Овладение техникой передвижений, остановок, по-	4	физической	взаимоуважени	
	воротов и стоек.		культуры;	я и	
22	Основы знаний. Волейбол (&16) учебник. Основные правила игры.	1	излагать факты	взаимопомощи,	21.10.
	Основные приёмы игры.		истории развития	дружбы и	
	Физическое совершенствование. Стойки игрока. Передвижения в		физической	толерантности.	
	стойке. Передачи в парах и тройках на месте и с перемещением.		культуры,	1031epanrinoern.	
	Подача из-за головы 1 рукой ч/з сетку, ловля мяча с подачи.		характеризовать		
	Нападающий бросок из 2 и 4 зоны, ч/з 3, ловля после нападающего		ее роль и		
	броска.		значение в		
	Освоение техники приёма и передач мяча.		жизнедеятельност		22.10
	Физическое совершенствование. Стойки игрока. Передвижения в	1	и человека, связь		22.10.
23	стойке. Броски мяча двумя руками в парах. Передачи в парах и тройках	1	с трудовой и		
	на месте и с перемещением. Подача из-за головы 1 рукой ч/з сетку,		военной		
	ловля мяча с подачи. Передача сверху 2 руками (волейбол). Игра «Многобол».		деятельностью;		
			·		
	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.		представлять физическую		
	Физическое совершенствование. Передача снизу 2 руками		1 2		24.10.
24	(волейбол). Передачи мяча над собой. Обучение прямому	1	культуру как		21.10.
- '	нападающему удару после подбрасывания мяча партнёром. Подача	•	средство		
	снизу и сверху 1 рукой ч/з сетку, ловля мяча с подачи. Игра в		укрепления		
	пионербол малыми составами.		здоровья,		
25	Физическое совершенствование. Передачи в парах и тройках на	1	физического		28.10.
	месте и с перемещением. Передачи сверху и снизу 2 руками. Передачи		развития и		
	мяча над собой. Подача из-за головы 1 рукой ч/з сетку, ловля мяча с		физической		
	подачи. Нападающий бросок из 2 и 4 зоны, ч/з 3, ловля после		подготовки		
	нападающего броска. Игра в волейбол по упрощенным правилам.		человека;		
	Гандбол. Овладение техникой передвижений, остановок, пово-	2	измерять		
	ротов и стоек.		(познавать)		
26	Основы знаний. Гандбол (&17) учебник. Основные правила игры в	1	индивидуальные		29.10.
	гандбол.		показатели		
	Физическое совершенствование. Стойки и перемещения в стойках,		физического		
	остановки прыжком, шагом, повороты с мячом и без мяча. Ловля и		развития (длину и		
	передача мяча на месте и в движении. Ведение в разной стойке на		массу тела),		
	месте, ведение по прямой и с изменением направления. Броски по воротам с места и с прыжка. Учебно – тренировочная игра по		развития		
			основных		
	заданиям.				

	Освоение ловли, передачи, ведения и бросков мяча.		физических			
	Физическое совершенствование. Ловля и передача мяча на месте и в		качеств.			
2	движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате,	1				
	круге.). Ведение в разной стойке на месте, ведение по прямой и с				31.10.	
	изменением направления. Броски по воротам с места и с прыжка.					

## Гимнастика 18 часов.

	Гимнастика. Организующие команды и приёмы.	18	Уметь: выполнять	Осознание	Формирован	
	Акробатические упражнения и комбинации. Развитие		строевые	важности	ие навыка	
1(28)	силовых способностей и силовой выносливости.		упражнения,	освоения	систематиче	11.11.
	Основы знаний. Гимнастика (&14) учебник. Повторный	1	кувырки вперед,	универсальных	ского	
	инструктаж по ТБ при занятиях гимнастикой.		вис стоя.	умений	наблюдения	
	Физическое совершенствование.		Уметь: выполнять	связанных с	за своим	
	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре		кувырки назад и	выполнением	физическим	
	дроблением и сведением. ОРУ на месте.		вперед, составлять	организующих	состоянием,	
	Акробатика: кувырки вперед, назад, стойка на лопатках.		простую	упражнений.	величиной	
	Перекладина вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные		акробатическую	Осмысление	физических	
	висы (д.).		комбинацию.	техники	нагрузок.	
2(29)	Физическое совершенствование. Перестроение из колоны по два	1	Уметь: выполнять	выполнения		12.11.
	в колону по одному, ОРУ без предметов на месте.		кувырки назад и	разучиваемых	Развитие	
	Акробатика: 2-3 кувырка вперед и назад слитно, стойка на		вперед, составлять	акробатических	этических	
	лопатках, комбинация из данных элементов.		простую	комбинаций и	чувств,	
	Перекладина вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные		акробатическую	упражнений.	доброжелате	
	висы (д.). Подтягивания в висе - прикидка.		комбинацию.	Осмысление	льности и	
3(30)	Физическое совершенствование. Перестроение из колоны по	1	Выполнять вис	правил	эмоциональ	14.11.
	два в колону по одному и наоборот. ОРУ в движении.		согнувшись и	безопасности	но-	
	Акробатика: 2-3 кувырка вперед и назад слитно стойка на		прогнувшись.	(что можно	нравственно	
	лопатках – зачет, длинный кувырок (м), кувырок назад в		Уметь: выполнять	делать и что	й	
	полушпагат (д). Перекладина вис согнувшись, вис прогнувшись		кувырки назад и	опасно делать)	отзывчивост	
	(м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе.		вперед, , длинный	при выполнении	И,	
4(31)	Физическое совершенствование. Перестроение из колонны по	1	кувырок (м),	акробатических,	понимания и	18.11.
	одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ в		кувырок назад в	гимнастических	сопереживан	
	движении.		полушпагат (д).	упражнений,	ия чувствам	
	Акробатика: 2-3 кувырка вперед и назад слитно стойка на		Выполнять вис	комбинаций	других	
	лопатках, длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д).		согнувшись и		людей.	
	Перекладина Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные		прогнувшись.	Формирование	*	
	висы (д.) — зачет.		Уметь: выполнять	способов	Формирован	

	Комбинация из изученных элементов (м).		стойку на голове и	позитивного	ие		
	Развитие координационных способностей.		руках (м), мост и	взаимодействия	эстетически		
	Физическое совершенствование. Перестроение из колонны по		поворот в упор стоя	со сверстниками	X	19.11.	
	два в колонну по одному с разведением и слиянием, но восемь	1	на 1 колене (д)	в парах и	потребносте		
5(32)	человек в движении. ОРУ в движении.		,кувырки назад и	группах при	й, ценностей		
	Акробатика: 2-3 кувырка вперед и назад слитно стойка на		вперед, длинный	разучивании	и чувств.		
	лопатках, длинный кувырок (м), кувырок назад в полушпагат (д)		кувырок (м),	акробатических			
	– комбинация из 5-6 элементов. Стойка на голове и руках (м),		кувырок назад в	упражнений.	Формирован		
	мост и поворот в упор стоя на 1 колене (д).		полушпагат (д),	Умение	ие и		
	Перекладина: Комбинация из изученных элементов, подъем		составлять простую	объяснять	проявление		
	переворотом или выход силой на 1 руку (м).		акробатическую	ошибки при	положитель		
	<u>Бревно:</u> различные виды ходьбы (д).		комбинацию.	выполнении	ных качеств		
	Развитие координационных способностей. Развитие силовых		Выполнять вис	упражнений.	личности,		
	способностей и силовой выносливости.		согнувшись и	Формирование	дисциплини		
	Физическое совершенствование. Акробатика: 2-3 кувырка	1	прогнувшись (м),	умения	рованности,	21.11.	
6(33)	вперед и назад слитно стойка на лопатках, длинный кувырок (м),		различные виды	выполнять	трудолюбия		
	кувырок назад в полушпагат (д) – зачет.		ходьбы на бревне	задание в	и упорства в		
	Комбинация из 5-6 элементов. Стойка на голове и руках (м), мост		(д), выполнять	соответствии с	достижении		
	и поворот в упор, стоя на 1 колене (д).		подъем в 2 приема	поставленной	поставленно		
	Перекладина: Комбинация из изученных элементов, подъем		на канате.	целью.	й цели.		
	переворотом или выход силой на 1 руку (м).		Уметь: выполнять				
	<u>Бревно:</u> различные виды ходьбы, поворотов (д).		комбинацию из 6-7	Способы			
	<u>Канат:</u> подъем в 2 приема.		изученных эл-в	организации			
7(34)	Физическое совершенствование. Акробатика: 2-3 кувырка	1	,кувырки назад и	рабочего места.		25.11.	
	вперед и назад слитно стойка на лопатках, длинный кувырок (м),		вперед, длинный	Формирование			
	кувырок назад в полушпагат (д). Стойка на голове и руках (м),		кувырок (м),	умения			
	мост и поворот в упор стоя на 1 колене (д).		кувырок назад в	понимать			
	Комбинация из 6-7 элементов. Перекладина: Комбинация из		полушпагат (д).	причины			
	изученных элементов, подъем переворотом или выход силой на		выполнять подъем	успеха/неуспеха			
	1 руку – зачет (м). <u>Бревно:</u> различные виды ходьбы - зачет (д).		в 2 приема на	учебной			
2 (2 =)	<u>Канат:</u> подъем в 2 приема.		канате.	деятельности и			
8(35)	Физическое совершенствование. Акробатика: 2-3 кувырка		Описывают	способности		26.11.	
	вперед и назад слитно стойка на лопатках, длинный кувырок (м),		технику акробатических	конструктивно действовать			
	кувырок назад в полушпагат (д). Стойка на голове и руках (м),		•				
	мост и поворот в упор, стоя на 1 колене (д) – зачет.		упражнений и составляют	даже в			
	Комбинация из 6-7 элементов.		акробатические	ситуациях			
	Перекладина: Комбинация из изученных элементов.			неуспеха.			
	<u>Бревно:</u> Комбинация из изученных элементов (д).		комбинации из	Формирование			

9(36)	Канат: подъем в 2 приема.         Физическое совершенствование.       Акробатика: обучение комбинации из 6-7 изученных элементов.         Перекладина: Комбинация из изученных элементов, - зачет (мальчики).         Бревно: Комбинация из изученных элементов – зачет (девочки).         Канат: подъем в 2 и в 3 приема.	1	числа разученных упражнений. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику. Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила	умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее	28.11.
10(37)	Развитие скоростно-силовых способностей.  Физическое совершенствование. Акробатика: обучение комбинации из 6-7 изученных элементов.  Канат: подъем в 2 и в 3 приема.  Опорный прыжок: вскок в упор-присев, соскок прогнувшись с 1 шага.  Физическое совершенствование. Акробатика: обучение комбинации из 6-7 изученных элементов.  Канат: подъем в 2 и в 3 приема.  Опорный прыжок: вскок в упор-присев, соскок прогнувшись с 2-	1	безопасности. Описывают технику гимнастических упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности Осваивать	эффективные способы достижения результата.  Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения,	02.12.
12(39)	З шагов разбега.  Физическое совершенствование. Акробатика: комбинация из 6-7 изученных элементов — зачет (мальчики). Развитие гибкости.  Канат: подъем в 2 и в 3 приема. Опорный прыжок: вскок в упор-присев, соскок прогнувшись с 4-5 шагов разбега.  Основы единоборств с элементами национальных игр. Упражнения на мышцы спины и пресса.	1	универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Описывать технику разучиваемых акробатических	классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно- следственных связей,	05.12.

13(40)	Физическое совершенствование. Акробатика: комбинация из 6-7 изученных элементов — зачет (девочки).  Канат: подъем в 2 и в 3 приема.  Опорный прыжок: вскок в упор-присев, соскок прогнувшись с 4-5 шагов разбега.  Элементы единоборств: Инструктаж по ТБ. Правила поведения учащихся. Стойки и передвижения в стойке. Захваты рук и туловища.		упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Оказывают помощь сверстникам в	построения рассуждений, отнесения известным понятиям.	К	09.12.	
14(41)	Физическое совершенствование. ОРУ с предметами.  Канат: подъем в 2 и в 3 приема.  Опорный прыжок: козел в ширину (д), в длину (ю) 90-100 см.  Подтягивания в висе.  Элементы единоборств: Стойки и передвижения в стойке.  Захваты рук и туловища  Национальная игра «Жмурки» (Кузбайлау уены).	1	освоении упражнений в лазанье и перелезании, анализируют их технику, выявляют ошибки и			10.12.	
15(42)	Физическое совершенствование. ОРУ с предметами.  Элементы единоборств: Захваты рук и туловища. Освобождение от захватов. Подвижные игры с элементами борьбы «Бой петухов». Национальная игра: «Перехватчики» (Куышу уены). 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. Канат: подъем в 2 и в 3 приема.  Опорный прыжок: козел в ширину (д), в длину (ю) 90-100 см.	1	помогают в их исправлении. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Описывают технику			12.12.	
16(43)	Физическое совершенствование. ОРУ с предметами.  Элементы единоборств: Упражнения для мышц брюшного пресса и спины на гимнастической скамейке и стенке. Борьба за предмет. Подвижные игры с элементами борьбы «Выталкивание из круга». Национальная игра «Ловишки» (Тотыш уены).  Канат: подъем в 2 и в 3 приема.	1	упражнений в лазанье и перелезании, составляют комбинации из числа разученных			16.12.	
17(44)	Физическое совершенствование. ОРУ с предметами. <u>Канат:</u> подъем в 2 и в 3 приема – зачет.  Элементы единоборств: Борьба за предмет. Элементы борьбы на руках – арм. спорт. Национальная игра: «Займи место» (Буш урьш). 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	1	упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании			17.12.	

	гимнастической скамейке и стенке. Эстафеты с гимнастическими		акробатических			
	предметами.		упражнений.			
18(45)	Физическое совершенствование. ОРУ на осанку. Опорный	1			19.12.	
	прыжок: козел в ширину (д), в длину (ю) 90-100 см. – зачет.					
	Элементы единоборств: Борьба за предмет. Подвижные игры с					
	элементами борьбы «Перетягивание в парах». Элементы борьбы					
	на руках – арм. спорт.					
	Сдача задолженностей по гимнастике.					

# Спортивные игры 3 часа.

	Баскетбол, волейбол. Овладение техникой передвижений,	3	Организовывают	Осознание	Развитие		
	остановок, поворотов и стоек, ведения, бросков мяча.		и проводят	важности	самостоятельнос		
	Волейбол. Овладение техникой передвижений, остановок,		совместно со	освоения	ти и личной	23.12.	
	поворотов и стоек приёма и передач мяча.		сверстниками	универсальных	ответственности		
	Физическое совершенствование. ТБ при спорт. играх.	1	подвижные игры,	умений	за свои поступки		
19(46)	Волейбол: передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием		осуществляют	связанных с	на основе		
	мяча снизу двумя руками с подачи. Верхняя прямая подача с 7-		судейство.	выполнением	представлений о		
	9 м. Обучение нападающему удару из 2 и 4 зоны.		Описывают	упражнений.	нравственных		
	Баскетбол: броски со средней дистанции, штрафные броски,		технику игровых	Осмысление	нормах.		
	бросок в два шага в корзину, вырывание и выбивание мяча.		действий и	техники			
	Учебная игра по желанию учащихся.		приёмов,	выполнения			
20(47)	Физическое совершенствование. Волейбол: передача мяча	1	осваивают их	разучиваемых		24.12.	
	двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками с		самостоятельно,	заданий и			
	подачи. Верхняя прямая подача, обучение нападающему удару		выявляют и	упражнений.			
	из 2 и 4 зоны.		устраняют				
	Баскетбол: броски со средней дистанции, штрафные броски,		типичные				
	бросок в два шага в корзину, вырывание и выбивание мяча.		ошибки.				
	Учебная игра по желанию учащихся.						
21(48)	Физическое совершенствование. Волейбол: передача мяча	1				26.12.	
	двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками с						
	подачи. Верхняя прямая подача, обучение нападающему удару						
	из 2 и 4 зоны.						
	Баскетбол: броски со средней дистанции, штрафные броски,						
	бросок в два шага в корзину, вырывание и выбивание мяча.						
	Учебная игра по желанию учащихся.						

# Плавание (5часов)

			I		1	<u> </u>
	способностей.		передвижения по	ошибки при	включаться в	
	Основы знаний. Инструктаж по Т.Б. Плавание (&20)	1	воде в зависимости	выполнении	общение и	13.01.
	учебник. Правила соревнований и определение победителя.		от стиля.	упражнений.	взаимодействие	
	Название плавательных упражнений. Физическое		Осваивают её под	Умение управлять	со сверстниками	
	совершенствование. Имитация упражнений для освоения в		руководством	эмоциями при	на принципах	
	водной среде («поплавок», «звездочка», задержка дыхания).		учителя и	общении со	•	
	Имитация движения ног и рук при плавании способом кроль на		самостоятельно,	сверстниками и		
	груди. Спортивные игры.		и тонкивания	взрослыми,	доброжелательнос	
2(50)	Основы знаний. Познай себя (&2) учебник.	1	устраняют ошибки.	сохранять	ти, взаимопомощи	14.01.
( /	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс		Варьируют стили	хладнокровие,	и сопереживания;	
	«Готов к труду и обороне: плавание в комплексе ГТО.		передвижения в	сдержанность,	проявлять	
	Физическое совершенствование. Специальные		зависимости от	рассудительность.	положительные	
	плавательные упражнения для изучения техники кроля на		особенностей	Умение	качества личности	
	груди. Спортивные игры.		физической	характеризовать,	и управлять	
	Практическая часть раздела. Освоение техники плава-	3	подготовленности.	выполнять	своими эмоциями	
	ния. Развитие координационных способностей.		Проявлять	задание в	в различных	
3(51)	Физическое совершенствование. Упражнения для освоения	1	выносливость при	соответствии с	(нестандартных)	16.01.
,	в водной среде (погружение с открытыми глазами, доставание		проплывании	целью и	ситуациях и	
	предметов со дна, «поплавок», «звездочка», задержка дыхания		дистанций	анализировать		
	под водой). Специальные плавательные упражнения для		разученными	технику	условиях;	
	изучения кроля на груди; старты; повороты. Согласование		способами.	выполнения	тпроявлять	
	работы рук, ног с дыханием.		Применять правила	упражнений,	дисциплинирован	
4(52)	Физическое совершенствование. Упражнения для освоения	1	подбора одежды и	давать	ность,	20.01.
.(32)	в водной среде (погружение с открытыми глазами, доставание	*	гигиены для занятий	объективную	трудолюбие и	20.01.
	предметов со дна, «поплавок», «звездочка», задержка дыхания		плаванием.	оценку технике	упорство в	
	под водой). Специальные плавательные упражнения для		Объяснять технику	выполнения	достижении	
	изучения плавания способом брасс. Согласование работы рук,		выполнения	упражнений на	поставленных	
	ног с дыханием. Старт с воды, повороты в воде. Прыжки с		поворотов, прыжков	основе освоенных	целей;	
	тумбочки «рыбкой».		Осваивать технику	знаний и	оказывать	
	Tymoo hii Appronoum.				Chasbibatb	

5(53)	Физическое совершенствование. Упражнения для освоения в водной среде (погружение с открытыми глазами, доставание предметов со дна, «поплавок», «звездочка», задержка дыхания под водой). Проплывание - 50 м. на время любым способом. Игры на воде.	1	поворотов, прыжков. 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	имеющегося опыта. умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать	бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.  Развитие самостоятельност	21.01.	
			ногами вниз, «рыбкой».	наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.	и и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.		

## Лыжная подготовка (17 часов).

	Лыжная подготовка. Освоение техники лыжных	12	Моделировать	Осмысление,	Формирование	
	ходов. Попеременные ходы.		технику базовых	объяснение своего	навыка	
6(54)	Основы знаний. Лыжная подготовка (&19) учебник.	1	способов	двигательного опыта.	систематического	23.01.
	Техника безопасности при занятиях лыжным спортом.		передвижения на	Осознание важности	наблюдения за	
	Физическое совершенствование. Построение на		лыжах. Осваивать	освоения	СВОИМ	
	лыжах. Скользящий шаг без палок. Дистанция до 300 м.		универсальные	универсальных	физическим	
7(55)	Основы знаний. Требования к одежде и обуви	1	умения	умений связанных с	состоянием,	27.01.
	занимающегося лыжами. Температурный режим.		контролировать	выполнением	величиной	
	Физическое совершенствование. Скользящий шаг с		скорость	упражнений.	физических	
	палками. Попеременный двухшажный ход. Дистанция		передвижения на	Осмысление техники	нагрузок.	
	до 300м.		лыжах по частоте	выполнения		
8(56)	Основы знаний. Оказание помощи при обморожениях.	1	сердечных	разучиваемых	Развитие	28.01.
	Физическое совершенствование. Скользящий шаг -		сокращений.	заданий и	самостоятельност	
	зачет. Попеременный двухшажный ход. Свободное		Выявлять	упражнений.	и и личной	
	прохождение дистанции до 500м. Игры на лыжах.		характерные	Осмысление,	ответственности	
9(57)	Физическое совершенствование. Попеременный		ошибки в технике	объяснение своего	за свои поступки	30.01.
	<b>двухшажный ход - зачет.</b> Свободное прохождение		выполнения	двигательного опыта.	на основе	
	дистанции до 500м. Игры на лыжах.		лыжных ходов.	Осознание важности	представлений о	

10(58)	Физическое совершенствование. Повтор пройденных лыжных ходов, элементов на склонах. Прохождение дистанции 500 м. на время.  Лыжная подготовка. Освоение техники лыжных ходов. Одновременные ходы.  Физическое совершенствование. Повтор техники	1	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами	освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения	нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательнос ти и эмоциональнонравственной	03.02.
12(60)	пройденных ходов. Одновременный бесшажный ход. Прохождение свободным темпом до 1 км.  Физическое совершенствование. Повтор техники пройденных ходов. Одновременный бесшажный ход - зачет. Одновременный 2-х шажный ход. Повороты переступанием. Игры на лыжах.	1	передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Объяснять технику	разучиваемых заданий и упражнений. Умение характеризовать, выполнять задание в	отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	06.02.
13(61)	Физическое совершенствование. Повтор техники пройденных ходов. Одновременный 2-х шажный ход. Повороты переступанием. Прохождение свободным темпом до 1 км.	1	выполнения поворотов, спусков и подъемов. Осваивать технику	соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать	Формирование эстетических потребностей, ценностей и	10.02.
14(62)	Физическое совершенствование. Повтор техники пройденных ходов. Одновременный двухшажный ход - зачет. Игры на лыжах.  Лыжная подготовка. Освоение техники упражнений на возвышенности.	1	поворотов, спусков и подъемов. Описывают технику передвижения на	объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных	чувств.  Формирование и проявление	11.02.
15(63)	Физическое совершенствование. Одновременные и попеременные ходы Спуск в низкой стойке. Подъем «лесенкой». Прохождение свободным темпом до 1 км.	1	лыжах. Осваивают её под руководством	знаний и имеющегося опыта. Умение планировать собственную	положительных качеств личности, дисциплинирован ности трудолюбия	13.02.
16(64)	Физическое совершенствование. Одновременные и попеременные ходы Спуск в средней и высокой стойке. Подъем «лесенкой». Пробное прохождение дистанции 1 км. на время.		учителя и самостоятельно, выявляют и устраняют ошибки.	деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее	и упорства в достижении поставленной цели.	17.02.
17(65)	Физическое совершенствование. Повторение лыжных ходов. Спуски, подъемы, торможение «плугом». Игры на лыжах.	1	Варьируют способы передвижения на лыжах в	выполнения.		18.02.
18(66)	Лыжная подготовка. Прохождение дистанций на выносливость.  Физическое совершенствование. Повторение техники пройденных лыжных ходов. Упражнений на склонах. Прохождение дистанции на 1 км. на время.	1	зависимости от особенностей лыжной трассы.			20.02.

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

## Спортивные игры – 8 часов.

	Спортивные игры. Баскетбол. Овладение техникой пере-	3	Руководствуют	Осознание	Развитие	
	движений, остановок, поворотов и стоек. Освоение техники		ся правилами	важности	самостоятельност	
	ведения мяча.		игр,	освоения	и и личной	04.03.
23(71)	Основы знаний. Осанка (&2) учебник.	1	соблюдают	универсальных	ответственности	
	Физическое совершенствование. Ведение мяча в низкой,		правила	умений связанных	за свои поступки	
	средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с		безопасности.	с выполнением	на основе	
	изменением направления движения и скорости; ведение без		Организовыва	упражнений.	представлений о	
	сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой.		ют и проводят	Осмысление	нравственных	
	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от		совместно со	техники	нормах.	
	плеча без сопротивления защитника в парах; а) на месте; б) в		сверстниками	выполнения	Развитие	
	движении.		подвижные	разучиваемых	этических чувств,	
	Закрепление техники владения мячом и развитие		игры,	заданий и	доброжелательнос	
	координационных способностей. Овладение игрой и		осуществляют	упражнений.	ти и	
	комплексное развитие психомоторных способностей.		судейство.	Формирование	эмоционально-	
	Физическое совершенствование. Ведение мяча – зачет.	1			нравственной	06.03.
24(72)	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после				отзывчивости,	
	ведения, после ловли) без сопротивления защитника.				понимания	
	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.					
25(73)	Физическое совершенствование. Ведение мяча с изменением	1	Описывают	способов	и сопереживания	10.03.
	направления и скорости. Передачи мяча двумя руками от груди		технику	позитивного	чувствам других	
	в парах - зачет. Броски по кольцу на 2 шага. Тактика		игровых	взаимодействия	людей.	
	свободного нападения. Нападение быстрым прорывом (1:0).		действий и	со сверстниками в	Формирование	

	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.		приёмов,	парах и группах	эстетических		
26(74)	Спортивные игры. Волейбол. Освоение техники приёма и	3	осваивают их	при разучивании	потребностей,		
	передач мяча. Освоение техники нижней прямой подачи.		самостоятельно	упражнений.	ценностей и		
	Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Основные	1	, выявляют и	Умение объяснять	чувств.	11.03.	
	приёмы игры в волейбол. Правила техники безопасности.		устраняют	ошибки при	Формирование и		
	Физическое совершенствование. Передачи сверху 2 руками в		типичные	выполнении	проявление		
	парах на месте и после перемещения вперед. Передачи через		ошибки.	упражнений.	положительных		
	сетку. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3—6 м от сетки.		Используют	Умение управлять	качеств личности,		
	Игра по упрощенным правилам.		действия	эмоциями при	дисциплинирован		
27(75)	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных	1	данных	общении со	ности,		
	способностей.		подвижных игр	сверстниками и	трудолюбия и		
	Физическое совершенствование. Обучение технике верхней		для развития	взрослыми,	упорства в	12.03.	
	передачи мяча над собой в определенных условиях. Передача		координационн	сохранять	достижении		
	мяча двумя руками снизу на месте и после передачи вперед.		ых и	хладнокровие,	поставленной		
	Нижняя прямая подача с 3-6 м. Нападающий удар с места и в		кондиционных	сдержанность,	цели.		
	прыжке после подброса партнером. Учебно-тренировочная игра		способностей.	рассудительность.			
	по заданиям.		Используют	Умение с		1= 00	
28(76)	Физическое совершенствование. Передачи сверху 2 руками	1	действия	достаточной		17.03.	
	над собой - зачет, верхняя подача. Комбинации из освоенных		данных	полнотой и			
	элементов: приём, передача, удар. Позиционное нападение без		подвижных игр	точностью			
	изменения позиций игроков (6:0).		для развития	выражать свои			
			координационн ых и	мысли в			
	Спортивные игры. Футбол – мини-футбол. Краткая		кондиционных	соответствии с			
	характеристика вида спорта. Освоение ударов по мячу и	2	способностей.	задачами урока,			
	остановок мяча. Овладение техникой ударов по воротам.		Применяют	владение			
	Освоение тактики игры.		правила	специальной			
	Основы знаний. Основные правила игры в футбол. Основные	1	подбора	терминологией.		18.03.	
29(77)	приёмы игры в футбол.		одежды для				
	Физическое совершенствование. Ведение и остановки мяча по		занятий на				
	заданному направлению правой и левой ногой, передачи		открытом				
	внутренней частью стопы в парах, с перемещением, удары по		воздухе.				
	воротам внутренней частью стопы с места, после ведения.						
	<b>Ведение и остановки мяча – зачет.</b> Учебно-тренировочная						
	игра по заданиям.						
30(78)	Физическое совершенствование. Дриблинг на месте с мячом,	1				20.03.	
	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.			
Игра в мини-футбол.			

## Легкая атлетика (4 часа).

1(79)	Легкая атлетика. Прыжковые упражнения. Овладение	4	Описывать технику	Осмысление,	Формирование	
	техникой прыжка в высоту.		прыжковых	объяснение	навыка	
	Основы знаний. Зрение (&2) учебник. Инструктаж по	1	упражнений.	своего	систематического	31.03.
	Т.Б. Кроссовая подготовка. ОРУ на месте.		Выявлять	двигательного	наблюдения за	
	Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом		характерные ошибки	опыта. Осознание	своим физическим	
	«перешагивание». Подбор разбега и отталкивание.		в технике выполнения	важности	состоянием,	
	Спортивные игры.		прыжков.	освоения	величиной	
2(80)	Кроссовая подготовка. ОРУ с мячом. Прыжок в высоту с	1	Осваивать технику	универсальных	физических	01.04.
	3-5 шагов разбега способом «перешагивание». Переход		прыжков различными	умений	нагрузок.	
	через планку. Прыжки в длину с места – повтор техники.		способами. Осваивать	связанных с	Развитие	
	Спортивные игры.		универсальные	выполнением	самостоятельности	
3(81)	ОРУ. Кроссовая подготовка.	1	умения	упражнений.	и личной	03.04.
	Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом		контролировать	Осмысление	ответственности	
	«перешагивание». Приземление. Прыжки в длину с		величину нагрузки по	техники	за свои поступки	
	<i>места – на результат</i> . Спортивные игры.		частоте сердечных	выполнения	на основе	
4(82)	Кроссовая подготовка. ОРУ.	1	сокращений при	разучиваемых	представлений о	07.04.
	Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом		выполнении	заданий и	нравственных	
	«перешагивание» - зачет. Спортивные игры.		прыжковых	упражнений.	нормах.	
			упражнений.			

# Спортивные игры (12 часов).

	Спортивные игры. <u>Баскетбол.</u> Овладение техникой пере-	4	Руководствуют	Овладение	Формирование	
	движений, остановок, поворотов и стоек. Освоение техники		ся правилами	способностью	навыка	
	ведения мяча.		игр,	принимать и	систематическог	
			соблюдают	сохранять цели	о наблюдения за	
5(83)			правила	и задачи	СВОИМ	
			безопасности.	учебной	физическим	
				деятельности,	состоянием,	
			Организовыва	поиска средств	величиной	

	Основы знаний. Влияние физических упражнений на основные системы организма (&2) учебник. 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. Учебная игра.	1	ют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство.	ее осуществления. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с	физических нагрузок.  Развитие самостоятельнос ти и личной ответственности за свои поступки	08.04.
6(84)	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры.  Физическое совершенствование. ОРУ. Кроссовая подготовка. 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. Вырывание мяча. Выбивание мяча — зачет. Учебная игра.	1	Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют	выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	на основе представлений о нравственных нормах.  Развитие этических чувств, доброжелательн	10.04.
7(85)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте — передача — ловля в движении — бросок одной рукой от головы после двух шагов. Бросок на два шага в корзину. Нападение быстрым прорывом. Игра «Стритбол».	1	типичные ошибки. Используют действия	Формирование способов позитивного взаимодействи я со	ости и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и	14.04.
8(86)	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.  Физическое совершенствование. Специальные беговые упражнения. Кроссовая подготовка. Бросок в кольцо на 2 шага – зачет. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – обводка четырех стоек – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Учебная игра.	1	данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.	сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять	сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей,	15.04.
9(87)	Спортивные игры. Волейбол. Освоение техники приёма и передач мяча. Освоение техники прямого нападающего удара. Освоение техники нижней прямой подачи.  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 3-6 м. Повторение техники нападающего удара из 2 и 4 зоны. Игра пионербол с элементами волейбола.	3	Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе.	ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,	ценностей и чувств.  Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинирова	17.04.

10(88)	Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.  Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах — зачет. Передачи с перемещением, через сетку. Сочетание прием + пас, пас + удар. Повторение техники нападающего удара из 2 и 4 зоны. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.	1	Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных	сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительнос ть. Умение с достаточной полнотой и точностью	нности, трудолюбия упорства достижении поставленной цели.	В	21.04.
11(89)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. <i>Верхняя прямая подача с 6 м. – зачет</i> . Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, с перемещением, через сетку Сочетание прием + пас, пас + удар. Повторение техники нападающего удара из 2 и 4 зоны. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков.	1	способностей. Применяют правила подбора одежды для	выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение	22.04.		
12(90)	Спортивные игры. <u>Футбол – мини-футбол.</u> Освоение ударов по мячу и остановок мяча. Овладение техникой ударов по воротам. Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, средней частью подъема. Остановка мяча. Ведение по прямой и с изменением направления. Игра мини-футбол по заданиям.	1	занятий на открытом воздухе. Описывают технику игровых	на специальной терминологией. Умение			24.04.
13(91)	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры.  Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, средней частью подъема. Остановка мяча. Ведение по прямой и с изменением направления. Удары по воротам указанными способами. Выбивание мяча. Игра вратаря. Подтягивания — на результат.	1	действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.	двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной			28.04.
14(92)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, средней частью подъема. Остановка мяча. Ведение по прямой и с изменением направления. Удары по воротам указанными способами. Выбивание мяча. Игра вратаря. Игра мини-футбол по заданиям. Поднимание туловища — на результат.  Спортивные игры. Гандбол. Освоение ловли и передач мяча. Освоение техники ведения мяча.	2		деятельности.			29.04.

	Y ONY	- 1
	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ.	1
	Стойки и перемещения в стойках, остановки прыжком, шагом,	
15(93)	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.	
	Упражнение на гибкость (наклон из положения стоя) – на	
	результат.	
	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных	
	способностей.	
16(94)	Физическое совершенствование. Кроссовая подготовка. ОРУ.	
	Стойки и перемещения в стойках, остановки прыжком, шагом,	1
	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.	

## Легкая атлетика (11 часов).

	Легкая атлетика. Овладение техникой	11	Описывать техник	Осмысление,	Формирование		
	спринтерского бега.		беговых упражнений	. объяснение своего	целостного,		
	Основы знаний. Влияние физических упражнений	1	Выявлять характерны	е двигательного опыта.	социально		
17(95)	на основные системы организма (&2) учебник.		ошибки в техник	е Осознание важности	ориентированног	06.05.	
	Физическое совершенствование. ОРУ.		выполнения беговы	освоения	о взгляда на мир в		
	Специальные беговые упражнения. Высокий Старт		упражнений.	универсальных	его органичном		
	(15-30 м). Стартовый разгон, бег по дистанции (40-50		Осваивать технику бег	и умений связанных с	единстве и		
	<b>м).</b> Бег с ускорением 2 – 3 серии по 20 – 40 метров.		различными способами	. выполнением	разнообразии		
	30 м. прикидка. Эстафеты.		Осваивать	упражнений.	природы.		
	Овладение техникой метания малого мяча в цель	1	универсальные умени	Осмысление техники			
18(96)	и на дальность.		контролировать	выполнения	Развитие		
	Физическое совершенствование. ОРУ в движении.		величину нагрузки п	разучиваемых заданий	самостоятельност	08.05.	
	Специальные беговые упражнения. Бег (30 м) на		частоте сердечны	и упражнений.	и и личной		
	<b>результат.</b> Высокий старт (до 10-15 м),		сокращений пр	Формирование	ответственности		
	Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на		выполнении беговы	способов позитивного	за свои поступки		
	дальность – повторение финального усилия + разбег. Бег до 500 м.		упражнений.	взаимодействия со	на основе		

20(98)	Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег (60 м) на результат. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. Бег до 800 м.  Овладение техникой длительного бега.  Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения, развитие выносливости. Разнообразные прыжки и многоскоки. Метание мяча (150 гр.) с 4 – 5 шагов разбега — зачет.	1	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Применяют вариативные упражнения в ходьбе	разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и	представлений о нравственных нормах.  Развитие этических чувств, доброжелательно сти и эмоциональнонравственной	12.05. 13.05.
21(99)	Овладение техникой прыжка в длину.  Физическое совершенствование. Медленный бег. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега: отталкивание + разбег способом «согнув ноги», прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой.	1	для развития координационных способностей. Описывают технику выполнения метательных упражнений, осваивают её самостоятельно.	взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности,	отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.  Формирование эстетических потребностей,	15.05.
22(100)	Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега способом «согнув ноги» - зачет. Игры на свежем воздухе.	1	Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений. Выбирают	сохранности инвентаря и оборудования, организации мест	ценностей и чувств.  Формирование и проявление	19.05.
23(101)	Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. Метания мяча в цель (1*1м.) с расстояния 6-8 м. <i>Бег (1000 м)</i> – <i>на результат</i> .	1	индивидуальный темп передвижения, контролируют темп	достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в	положительных качеств личности, дисциплинирован	20.05.
24(102)	Физическое совершенствование. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. <i>Бег 1500м. – на результат</i> .	1	бега по частоте сердечных сокращений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила.	соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	ности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	22.05.
25(103)	Физическое совершенствование. Сдача задолженностей по легкой атлетике. Спортивные и подвижные игры на свежем воздухе.	1				26.05.

1			27.05.
1			29.05.
	1	1	