

Класс	5
Предметная область	Физическая культура
Предмет	Физическая культура
Уровень программы	Базовый
Количество часов в неделю	3
Количество часов в год	102
Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями	<p>- Федерального государственного образовательного стандарта</p> <p>-Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ СОШ с. Новое Мансуркино;</p> <p>-Учебного плана ГБОУ СОШ с. Новое Мансуркино на 2019-2020 учебный год</p>
Рабочая программа составлена на основе программы	<i>Основного общего образования по физической культуре, программы В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.: Просвещение 2015 г.</i>
Учебник	<p>1.Виленский М.Я. Физкультура: 5 -7 кл. – М.: Просвещение, 2015</p> <p>2. Лях, В. И. Физкультура: 8 -9 кл. – М.: Просвещение, 2017</p>

## 7.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### Учебно-тематический план 6 класса

Разделы программы	6 класс
<b>Знания о физической культуре</b> (История физической культуры. Физическая культура и спорт в современном обществе. Базовые понятия физической культуры. Физическая культура человека.)	В процессе урока
Организация и проведение занятий физической культурой	В процессе урока
Оценка эффективности занятий физической культурой	
Легкая атлетика	32
Гимнастика с основами акробатики	24
Лыжные гонки	16
Спортивные игры	30
<b>Всего часов</b>	<b>102</b>

п/	Вид программного материала	Кол-во часов	1	2	3	4
----	----------------------------	--------------	---	---	---	---

№			четверть	четверть	четверть	четверть
1	Знания о физической культуре		В процессе урока			
2	Легкая атлетика	32	18			14
3	Спортивные игры	30		6		14 10
4	Гимнастика с элементами акробатики	24		24		
5	Лыжная подготовка	16			16	
	Всего часов:	102	24	24	30	24

## Календарно-тематическое планирование по физической культуре 6 класс

№ пп	Дата	Тема, содержание урока	Тип урока	Цели и задачи урока	Планируемые результаты		
					Предметные	Личностные	Метапредметные
I четверть							
Легкая атлетика							
1		Техника безопасности на уроках л/атлетики. Медленный бег. ОРУ в движении. Развитие выносливости. Эстафеты с элементами л/атлетики. Подвижные игры с элементами л/атл.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по лёгкой атлетике. Развитие выносливости.	Знать: Правила поведения на уроке по легкой атлетике; Правила игры. Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ;	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
2		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Бег с ускорением 30 м. Бег с ускорением 60 м. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Комбинированный	Бег на короткие дистанции. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на короткие дистанции.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.
3		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Комбинированный	Обучение технике прыжков в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике прыжков в длину с разбега.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
4		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Бег с низкого старта. Метание мяча. Подвижные игры с элементами л/атл.	Комбинированный	Обучение технике бега с низкого старта. Обучение технике метания мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике бега с низкого старта; технике метания мяча.		
5		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Метание мяча. Развитие выносливости. Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс).	Комбинированный	Совершенствование техники метания мяча. Развитие выносливости. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.		
6		Строевые упражнения.	Комбинированный	Совершенствование	Уметь:		

		Медленный бег. ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).		техники прыжков в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с разбега.	<p>Развитие этических чувств,</p> <p>доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p> <p>Формирование и проявление</p>	<p>Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>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.</p> <p>Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.</p> <p>Умение планировать собственную</p>
7		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Бег с ускорением 30 м. Бег с ускорением 60 м. Развитие скор.-сил. К-в (	Комбинированный	Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на короткие дистанции.		
8		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Развитие выносливости. Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс).	Комбинированный	Развитие выносливости. Развитие силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на средние дистанции.		
9		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Метание мяча. Развитие сил. К-в(подтяг-ние, пресс).	Комбинированный	Совершенствование техники метания мяча. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.		
10		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Бег с низкого старта. Прыжки в длину с разбега.	Контроль	Контроль техники бега с низкого старта. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать с низкого старта; выполнять прыжки в длину с разбега.		
11		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Развитие выносливости. Подвижные игры с элементами л/атл.	Комбинированный	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на средние дистанции.		
12		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Бег с ускорением 30 м. Бег с ускорением 60 м. Эстафеты с элементами л/атлетики.	Комбинированный	Совершенствование техники бега на короткие дистанции	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на короткие дистанции.		
13		Строевые упражнения.	Комбинированный	Совершенствование	Уметь:		

		Медленный бег. ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега. Подвижные игры с элементами л/атл. Развитие сил. К-в.		техники прыжков в длину с разбега. Развитие силовых качеств.	самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать с низкого старта; выполнять прыжки в длину с разбега	положительных качеств личности,	деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
14		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Метание мяча. Развитие выносливости.	Контроль	Совершенствование техники метания мяча. Контроль бега на выносливость.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; Бегать на средние дистанции.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
15		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Контроль	Контроль бега на короткие дистанции. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на короткие дистанции		
16		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Метание мяча. Эстафеты с элементами л/атлетики.	Контроль	Контроль техники метания мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность;		
17		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Контроль	Контроль техники прыжков в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с разбега.		
18		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Эстафеты с элементами л/атлетики. Подвижные игры с элементами л/атл.	Комбинированный	Способствовать развитию физических качеств в игре.	Знать правила игры.		
Спортивные игры							
19		ТБ на уроках по спортивным играм. Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Стойка игрока, перемещения, остановка,	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по баскетболу. Совершенствование техники перемещений, остановок, поворотов.	Знать: Правила поведения на уроке по спортивным играм. Уметь: самостоятельно	Формирование навыка систематического наблюдения за своим	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных

		повороты. 2 шага, бросок мяча после ведения.		Обучение технике бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	выполнять комплекс ОРУ; выполнять техники перемещений, остановок, поворотов Научиться: технике бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	физическим состоянием, величиной 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.  Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.  Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в	с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: 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 с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. 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 технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять
20		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Ведение мяча в разных стойках. Броски мяча с различных дистанций. Эстафеты с элементами баскетбола.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков мяча с ближней дистанции.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять броски мяча с ближней дистанции. Знать правила игры.		
21		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Штрафные броски. Учебная 2-х сторонняя игра.	Игровой	Обучение технике бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике бросков по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры.		
22		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Ловля и передача мяча различным способом. Штрафные броски.	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование техники бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять броски по кольцу со штрафной линии.		
23		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. 2 шага, бросок мяча после ведения. Ловля и передача мяча различным способом.	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять бросок мяча по кольцу, после двух шагов.		
24		Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Ловля и	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс		

		передача мяча различным способом. Штрафные броски.		техники бросков по кольцу со штрафной линии.	ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять броск мяча по кольцу, после двух шагов.	достижения поставленной цели.	нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
<b>II четверть</b>							
<b>Гимнастика с элементами акробатики</b>							
25		ТБ на уроках по гимнастике. Строевые упражнения. О.Р.У. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по гимнастике. Строевые упражнения. Развитие силовых качеств. Упражнения на гибкость.	Знать: технику безопасности на уроках по гимнастике. Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять Упражнения на гибкость.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений.  Осмысление техники выполнения разучиваемых акробатических комбинаций и упражнений.
26		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Упражнения на брусьях. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Комбинированный	Обучение технике упражнений на брусьях параллельных для мальчиков, упражнений на бревне для девочек. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике упражнений на брусьях; упражнений на бревне.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических
27		Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Комбинированный	Совершенствование техники акробатических упражнений.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических
28		Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по канату. Развитие силовых качеств. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических
29		Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Упражнения на	Комбинированный	Совершенствование техники акробатических упражнений.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических



		перекладине.			ОРУ; выполнить акробатические упражнения;	нравственной	упражнений, комбинаций.
30		Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Комбинированный	Совершенствование техники акробатических упражнений.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения;	отзывчивости, понимания и сопереживания	Коммуникативные: Формирование способов позитивного
31		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Упражнения на перекладине.	Комбинированный	Совершенствование техники упражнений на брусьях параллельных для мальчиков, упражнений на бревне для девочек. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусьях; выполнять упражнения на бревне.	чувствам других людей.	взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании
32		Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату. Упражнения на бревне. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Комбинированный	Развитие силовых качеств. Совершенствование техники лазания по канату.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату.	Формирование эстетических	Акробатических упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
33		Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату. Упражнения на перекладине. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по канату. Развитие силовых качеств. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату	потребностей, ценностей и чувств.	Регулятивные: Формирование умения выполнять задание в соответствии с поставленной
34		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Контроль	Контроль техники выполнения упражнений на гибкость.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на гибкость.	Формирование и проявление	целью.
35		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусьях. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Комбинированный	Совершенствование техники упражнений на брусьях параллельных для мальчиков, упражнений на бревне для девочек. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусьях; выполнять упражнения на бревне.	положительных качеств личности,	Способы организации рабочего места.
36		Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Развитие силовых качеств	Комбинированный	Совершенствование техники акробатических упражнений.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс	дисциплинированности,	Формирование умения понимать

		(подтягивание, пресс).			ОРУ; выполнить акробатические упражнения;	<p>трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>причины успеха /неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.</p> <p>Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p>Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым</p>
37		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Упражнения на перекладине. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Комбинированный	Совершенствование техники упражнений на брусьях.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусьях;	
38		Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату. Упражнения на бревне. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Комбинированный	Совершенствование техники: лазания по канату, упражнения на бревне.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату; выполнять упражнения на бревне.	
39		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусьях. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Комбинированный	Совершенствование техники упражнений на брусьях.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусьях;	
40		Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Упражнения на перекладине. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Комбинированный	Совершенствование техники акробатических упражнений.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения;	
41		Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Упражнения на бревне. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Контроль	Контроль техники акробатических упражнений.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения;	
42		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Контроль	Контроль развития силовых качеств. Совершенствование техники упражнений на брусьях.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусьях;	
43		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Упражнения на перекладине. ОФП	Контроль	Контроль техники: упражнений на бревне, на перекладине.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять	

		(прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).			упражнения на бревне, на перекладине.		признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.
44		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусках. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Контроль	Контроль техники Совершенствование техники упражнений на брусках.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусках;		
45		Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Лазание по канату. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость челночный бег).	Контроль	Контроль техники Лазания по канату, контроль техники упражнения на гибкость.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату; выполнять упражнения на гибкость.		
46		Строевые упражнения. О.Р.У. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).		Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.		
47		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Упражнения на перекладине. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Контроль	Контроль техники упражнений на бревне	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на бревне.		
48		Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Упражнения на перекладине. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Контроль	Контроль техники упражнений на бревне	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на бревне.		
<b>III четверть</b>							
<b>Лыжная подготовка</b>							
49		ТБ на уроках по л/подготовке. Одновременный 2-х шажный ход. Бег по дистанции до 3 км.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке. Обучение технике одновременного двухшажного ход.	Знать: правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Научиться: технике одновременного двухшажного ход.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием,	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
50		Одновременный 2-х шажный ход. Подъемы в гору.	Комбинированный	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода.	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе.		Осознание важности освоения универсальных умений связанных

				Обучение техники подъёма в гору способом «полуёлочка».	Научиться: техники подъёма в гору способом «полуёлочка».	величиной физических нагрузок.	с выполнением упражнений.
51		Повороты на месте. Бег по дистанции до 3 км.	Комбинированный	Совершенствование техники поворотов в движении.	Уметь: выполнять повороты в движении.	Развитие	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
52		Одновременный 2-х шажный ход. Спуски с горы.	Комбинированный	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода. Обучение технике преодоления бугров и впадин, при спуске с горы.	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе. Научиться: Технике преодоления бугров и впадин, при спуске с горы.	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений.
53		Бег по дистанции до 3 км.	Комбинированный	Развитие выносливости.	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе.	Развитие этических чувств,	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
54		Повороты на месте. Подъёмы в гору.	Комбинированный	Совершенствование техники поворотов на месте. Совершенствование техники подъёма в гору способом «полуёлочка».	Уметь: выполнять повороты на месте; выполнять подъёмы в гору способом «полуёлочка».	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
55		Бег по дистанции до 3 км.	Комбинированный	Развитие выносливости.	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе.	и сопереживания	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.
56		Одновременный 2-х шажный ход. Подъёмы в гору.	Комбинированный	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода. Совершенствование техники подъёма в гору способом «полуёлочка».	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе; выполнять подъёмы в гору способом «полуёлочка».	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности
57		Спуски с горы. Бег по дистанции до 3 км.	Комбинированный	Совершенствование техники преодоления бугров и впадин, при спуске с горы.	Уметь: преодолевать бугры и впадины, при спуске с горы.		
58		Повороты на месте. Спуски с горы.	Комбинированный	Совершенствование техники поворотов на месте. Совершенствование техники спусков с горы.	Уметь: выполнять повороты на месте; выполнять спуски с горы ввысокой, низкой стойках.		
59		Подъёмы в гору. Бег по дистанции до 3 км.	Комбинированный	Совершенствование техники подъёма в гору. Развитие выносливости.	Уметь: выполнять спуски с горы ввысокой, низкой стойках;		

					передвигаться в одновременном двухшажном ходе.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	инвентаря и оборудования, организации мест занятий.  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 технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.  Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
60	Одновременный 2-х шажный ход. Спуски с горы.	Контроль	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода. Контроль техники спусков с горы.	Уметь: выполнять спуски с горы высокой, низкой стойках; передвигаться в одновременном двухшажном ходе.			
61	Подъемы в гору. Бег по дистанции до 3 км.	Контроль	Контроль техники подъёма в гору. Развитие выносливости.	Уметь: выполнять спуски с горы высокой, низкой стойках; передвигаться в одновременном двухшажном ходе.			
62	Одновременный 2-х шажный ход. Спуски с горы.	Контроль	Контроль техники одновременный двухшажный ход. Совершенствование техники спусков с горы.	Уметь: выполнять спуски с горы высокой, низкой стойках; передвигаться в одновременном двухшажном ходе.			
63	Повороты на месте. Бег по дистанции до 3 км.	Контроль	Контроль техники поворотов на лыжах. Развитие выносливости.	Уметь: выполнять повороты на месте и в движении; передвигаться в одновременном двухшажном ходе.			
64	Бег по дистанции до 3 км.	Контроль	Контрольное прохождение дистанции.	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе.			
Спортивные игры							
65	ТБ на уроках по баскетболу. Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча в различной стойке. Броски с различных дистанций.	Игровой	Повторить технику безопасности на уроках по баскетболу. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков по кольцу.	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным играм; Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием,	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.  Осознание важности освоения универсальных умений связанных	
66	Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование	Уметь:			

		Медленный бег, ОРУ в движении. Броски с различных дистанций. Эстафеты с элементами баскетбола.		техники бросков по кольцу.	самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу. Знать правила игры.	величиной физических нагрузок.	с выполнением упражнений.
67		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Штрафные броски. Учебная 2-х сторонняя игра.	Игровой	Совершенствование техники бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры.	Развитие	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании
68		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Передача и ловля мяча. Эстафеты с элементами баскетбола.	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; Знать правила игры.	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на	Упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
69		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. 2 шага бросок после ведения. Игра.	Игровой	Совершенствование техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов. Знать правила игры	основе представлений о нравственных нормах.	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
70		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча в различной стойке. Броски с различных дистанций. Эстафеты с элементами баскетбола.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков по кольцу.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять броски по кольцу. Знать правила игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.
71		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Передача и ловля мяча. Броски с различных дистанций.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков по кольцу.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять броски по кольцу. Знать правила игры.	эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности
72		Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование	Уметь:		

		Медленный бег, ОРУ в движении. Штрафные броски. Учебная игра.		технику бросков по кольцу со штрафной линии.	самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры.	и сопереживания чувствам других людей.	инвентаря и оборудования, организации мест занятий.  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.
73		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Передача и ловля мяча. 2 шага бросок после ведения.	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов. Знать правила игры	Формирование  эстетических потребностей, ценностей	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
74		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Штрафные броски. Эстафеты с элементами баскетбола.	Игровой	Совершенствование техники бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры.	и чувств.	Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
75		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Броски с различных дистанций. 2 шага бросок после ведения. Учебная 2-х сторонняя игра.	Игровой	Совершенствование техники бросков мяча с ближней дистанции. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча с ближней дистанции; Выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов. Знать правила игры	Формирование и  проявление положительных качеств личности,	Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
76		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча в различной стойке.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча в различных стойках.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства в	
77		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Штрафные броски. Учебная игра.	Контроль	Контроль техники бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу со	достижении  поставленной цели.	

					штрафной линии. Знать правила игры.		
78		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. 2 шага бросок после ведения. Эстафеты с элементами баскетбола. Учебная 2-х сторонняя игра.	Контроль	Контроль техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов. Знать правила игры		
IV четверть							
Спортивные игры							
79		ТБ на уроках по баскетболу. Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча. Учебная игра.	Игровой	Повторить технику безопасности на уроках по баскетболу. Совершенствование техники ведения мяча.	Знать: технику безопасности на уроках по спортивным играм. Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча в различных стойках. Знать правила игры.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.  Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.  Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
80		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Передача и ловля мяча. Эстафеты с элементами баскетбола.	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; Знать правила игры.	Развитие самостоятельности и	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании
81		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Штрафные броски. Эстафеты с элементами баскетбола.	Игровой	Совершенствование техники бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры.	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Упражнений.  Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
82		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. 2 шага бросок после ведения мяча. Учебная 2-х сторонняя игра.	Игровой	Совершенствование техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов. Знать правила игры	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.  Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в



83		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Штрафные броски. Учебная игра.	Игровой	Совершенствование техники бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры	эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.  Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.
84		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча. Стойка, перемещение, повороты, остановка. Эстафеты с элементами бас.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники перемещений, остановок, поворотов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча в различных стойках; выполнять технику перемещений, остановок, поворотов.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	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.
85		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Броски с различных дистанций. Штрафные броски. Учебная 2-х сторонняя игра.	Игровой	Совершенствование техники бросков мяча с различной дистанции. Совершенствование техники бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча с дальней, средней, ближней дистанций. Выполнять броски по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры.	Формирование и проявление положительных качеств личности,	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
86		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча. 2 шага бросок после ведения мяча. Учебная 2-х сторонняя игра.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча в различных стойках; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов. Знать правила игры.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.  Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
87		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Передача и ловля мяча. Эстафеты с элементами баскетбола.	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; Знать правила игры.		
88		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в	Игровой	Совершенствование техники бросков мяча с	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		

		движении. Броски с различных дистанций. Учебная 2-х сторонняя игра.		различной дистанции.	выполнять броски мяча с дальней, средней, ближней дистанций.. Знать правила игры.		
Легкая атлетика							
89		ТБ на уроках л/атлетики. Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с низкого старта. Бег с ускорением 30 м. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Комбинированный	Повторить технику безопасности на уроках по лёгкой атлетике. Совершенствование техники бега с низкого старта. Совершенствование техники бега на короткие дистанции	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным играм; Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции с низкого старта. Выполнять метание мяча на дальность.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
90		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м. Метание мяча. Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс).	Комбинированный	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование техники метания мяча. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции.	нагрузок. Развитие	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений.
91		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега. Эстафеты с элементами л/атлетики.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с разбега.	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
92		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Развитие выносливости. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Комбинированный	Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции.	основе представлений о нравственных нормах.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.
93		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении Бег с низкого старта. Бег с ускорением 60 м. Метание мяча.	Комбинированный	Совершенствование техники бега на короткие дистанции с низкого старта. Совершенствование техники метания мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции с низкого старта; выполнять метание мяча на	Развитие этических чувств,	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности

					дальность.		
94		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега. Эстафеты с элементами л/атлетики.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	инвентаря и оборудования, организации мест занятий.  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.
95		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Развитие выносливости. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Комбинированный	Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
96		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с ускорением 30 м. Бег с ускорением 60 м. Метание мяча. Развитие сил. К-в.	Комбинированный	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование техники метания мяча. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции; выполнять метание мяча на дальность.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
97		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега. Эстафеты с элементами л/атлетики.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении	Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
98		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Развитие выносливости. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки). Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс).	Контроль	Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств. Контроль развитие силовых качеств	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции.		
99		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м. Метание мяча. Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс).	Контроль	Совершенствование техники бега на 60 метров с низкого старта. Контроль техники метания мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на короткие дистанции.		
100		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Прыжки в	Контроль	Контроль техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс		

		длина с разбега. Эстафеты с элементами л/ атлетики.			ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.	поставленной цели.	
101		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении Развитие выносливости. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Контроль	Контроль бега на выносливость. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции.		
102		Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки). Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс).	Контроль	Контроль бега на короткие дистанции. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на короткие дистанции.		