

1.Пояснительная записка к рабочей программе в 5 классах

по физической культуре

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе нормативно-правовой документации:

1. Федерального государственного стандарта основного общего образования, утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1897 от 17 декабря 2010 г.
2. Учебного плана для образовательных учреждений от 20.04.2010 г. № 164-мр (в ред. от 30.12.2010 г. № 1235).
3. Авторской программы «Комплексная программа воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича.
4. Примерной программы по учебным предметам (5 -9 классы М.«Просвещение»2016 г.).
5. Учебного плана МАОУ «СОШ №2», утвержденная приказом директора от 02.06.2015г. за №130 «Об утверждении учебного плана МАОУ «Заводоуковская СОШ №2» на 2015-2016 учебный год.

2.Общая характеристика учебного предмета физической культуры.

Целью рабочей программы по физической культуре является формирование разностороннее физическое развитие личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация данной цели связана с решением следующих **образовательных задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработка представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

Характеристика особенностей программы: в соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Содержание программного материала состоит из двух основных частей: базовой и вариативной. Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без базового компонента невозможна успешная адаптация к жизни в человеческом обществе и эффективное осуществление трудовой деятельности независимо от того, чем бы хотел молодой человек заниматься в будущем.

Материал вариативной части рабочей программы связан с региональными и национальными особенностями, и время на его освоение определено областным и местным органами образования. В соответствии с приказом департамента образования, культуры и молодежной политики Тюменской области от 17 июля 2008г. №1537 «О совершенствовании физического воспитания в общеобразовательных школах области». При выборе материала вариативной части распределены на разделы: легкая атлетика и спортивные игры. Для повышения активности детей на уроках вариативной части применяются игровой и соревновательный методы.

В соответствии с реализацией плана мероприятий Министерства образования и науки Российской Федерации по реализации Концепции развития математического образования в Российской Федерации, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 декабря 2013 г. №2506-р; реализацией Концепции развития математического образования в Тюменской области, утверждённой приказом департамента образования и науки Тюменской области 15.08.2014 №295/ОД. Внесена коррекция в учебные планы образовательных организаций путём внедрения шахматно-шашечного направления.

Раздел «Знание о физической культуре» изучается в процессе уроков.

Для прохождения программы по физическому воспитанию в 5 классе в учебном процессе для обучения используется учебник: **«Физическая культура 5-9 классы», под ред. В.И.Лях, издательство «Просвещение» 2016г**

Согласно локальному акту образовательного учреждения учащиеся проходят промежуточную аттестацию по окончании четверти. Итоговая аттестация производится на основании четвертных оценок. Текущий учет является основным видом проверки успеваемости учащихся по физической культуре. Он отражает качество усвоения отдельных тем учебного материала и решения задач конкретного урока. Оценка за успеваемость выставляется в баллах.

Балл «5» выставляется в том случае, когда соблюдены все технические требования, предъявляемые к выполнению упражнения, оно выполнено слитно, уверенно, свободно.

Балл «4» - когда упражнение выполнено в соответствии с предъявляемыми требованиями, слитно, свободно, но при этом допущено не более двух незначительных ошибок.

Балл «3» - когда упражнение выполнено в своей основе верно, но с одной значительной или более чем с тремя незначительными ошибками.

Балл «2» - когда при выполнении упражнения допущена грубая ошибка или число других ошибок более трех.

Балл «1» - когда упражнение не выполнено.

Для подготовки и сдачи норм ГТО в начале и в конце учебного года учащиеся сдают упражнения (мониторинг) для определения развития уровня физической подготовленности и физических способностей в отдельности в зависимости от возраста и пола, в количестве – 4 заданий (Бег 30 м., прыжок в длину с места, подтягивание: на высокой перекладине из виса (мальчики), поднимание туловища (девочки), бег 1000 метров.

При организации учебного процесса используется следующая система уроков:

Комбинированный выполнение **урок** - предполагает работ и заданий разного вида.

Урок – игра - на основе игровой деятельности учащиеся познают новое, закрепляют изученное, отрабатывают различные учебные навыки.

Урок - соревнование - вырабатываются у учащихся умения и навыки в ранее изученных элементах.

Контрольный урок – проверка изученных навыков в каждой четверти.

Текущий учет является основным видом проверки успеваемости учащихся по физической культуре. Он отражает качество усвоения отдельных тем учебного материала и решения задач конкретного урока. Оценка за успеваемость выставляется в баллах.

Учащиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Оценка успеваемости складывается главным образом из качественных критериев оценки уровня достижений учащихся и сформированности качественных универсальных способностей. Особое внимание заслуживает систематичность и регулярность занятий физическими упражнениями и интерес, проявляемый при этом, умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями. При оценке достижений учеников в большей мере следует ориентироваться на индивидуальные темпы продвижения в развитии их двигательных способностей.

Предметом обучения физической культуры в 5 классе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдение гигиенических норм.

Содержание курса основаны на положениях нормативно – правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требований к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарт основного общего образования;
- концепции духовно – нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- закона «Об образовании»
- федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020г.;
- примерной программы основного общего образования;
- приказа Минобрнауки от 30 августа 2010 №889.

3.Описание места учебного предмета в учебном плане.

Программа определяет обязательную - 75 часов и вариативную части учебного курса - 30 часов, конкретизирует содержание его предметных тем и дает примерное распределение учебных часов на их изучение из расчёта **3 часа** в неделю **105 часов** в год.

4.Ценностные ориентиры содержания учебного предмета “физическая культура”

Согласно Концепции развития содержания образования в области физической культуры основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная) деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы человека. В рамках школьного образования активное освоение данной деятельности позволяет школьникам не только совершенствовать физические качества и укреплять здоровье, осваивать физические упражнения и двигательные действия, но и успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

5.Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета «физическая культура».

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования ФГОС данная рабочая программ для 5 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

В области познавательной культуры: владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма.

В области нравственной культуры: способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, игровой и соревновательной деятельности; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении.

В области трудовой культуры: умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение проводить туристические пешие походы, соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры: красивая (правильная) осанка, формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями; культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры: анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры: владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности; умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. **Подготовка учащихся к сдаче норм ГТО.**

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированных качественных универсальных способностей, проявляющихся в активном применении знаний, умений обучающихся в познавательной и предметно-практической деятельности. Метапредметные результаты проявляются в следующих областях культуры.

В области познавательной культуры: понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств; понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека; понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек.

В области нравственной культуры: бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости; уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности; ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры: добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений; умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность; активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры: понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью; восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры: владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения; владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений.

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

Предметные результаты Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой. Предметные результаты проявляются в разных областях культуры.

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

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

В области трудовой культуры: способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме; способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

В области эстетической культуры: способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития; способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры: способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом; способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения.

В области физической культуры: способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки; способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

6.Содержание учебного предмета «физическая культура».

Знания о физической культуре

- История физической культуры. Олимпийские игры древности.
- Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.
- История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Физическая культура (основные понятия). Физическое развитие человека.

- Физическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.
- Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.
- Техническая подготовка. Техника движений и ее основные показатели.
- Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Физическая культура человека.

- Режим дня, его основное содержание и правила планирования.
- Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.
- Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

- **Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.** Подготовка к занятиям физической культурой.
- Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультурных минут, физкульт - пауз (подвижных перемен).

Оценка эффективности занятий физической культурой.

- Самонаблюдение и самоконтроль.
- Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

- Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.
- Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью

- Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы.
- Акробатические упражнения и комбинации.
- Опорные прыжки.
- Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки).
- Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Легкая атлетика.

- Беговые упражнения.
- Прыжковые упражнения.
- Метание малого мяча.
- Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Спортивные игры.

- Баскетбол. Игра по правилам.
- Волейбол. Игра по правилам.
- Футбол. Игра по правилам.
- Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений

Лыжная подготовка

- Передвижение на лыжах.

Упражнения общеразвивающей направленности.

- Общефизическая подготовка.

Гимнастика с основами акробатики.

- Развитие гибкости, координация движений, силы, выносливости.

Настольные игры: «Шахматы».

- Развитие умственных способностей, умение нестандартно мыслить.

7.Распределение учебного времени на различные виды программного материала для учащихся 5 класса (сетка часов при трехразовых занятиях в неделю)

№ п/п	Вид программного материала Материала	Количество часов (уроков)
1	Базовая часть	75
1.1.	Легкая атлетика	21
1.2.	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.3.	Спортивные игры	18
1.4	Лыжная подготовка	18
2.	Вариативная часть. (Региональный компонент). По выбору учителя	30
2.1.	Легкая атлетика	10
2.2.	Спортивные игры	10
2.3	Настольные игры (шахматы)	10

	Итого:	105
--	--------	-----

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.

Содержание курса	Тематическое планирование	Характеристика деятельности учащихся
Легкая атлетика (31)		
Беговые упражнения с высоким поднимаем бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения, челночный бег, высокий старт с последующим ускорением. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; прыжки со скакалкой.	Беговая подготовка Прыжковая подготовка.	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации. Соблюдать правила техники безопасности. Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность	Метание малого мяча	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации. Соблюдать правила техники безопасности. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации.
Подвижные игры (28)		
На материале спортивных игр: Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Футбол: ведение мяча, обводка, остановка мяча,	Подвижные игры	Описывать разучиваемые технические действия из подвижных игр. Осваивать технические действия из подвижных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во

игра по упрощённым правилам		время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.
-----------------------------	--	---

Гимнастика с элементами акробатики (18)

Организуящие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувы; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.	Движения и передвижения строем Акробатика.	Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Описывать технику акробатических упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.
--	--	---

Лыжная подготовка (18 часов)

Техника: классических ходов Правила передвижения по	Описывать технику передвижения.
--	---

лыжне Скольльзящий шаг	Осваивать технику передвижения. Соблюдать правила техники безопасности на уроках. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации.
Настольные игры «шахматы» (10 часов)	
Изучение правил игры: название фигур, передвижение, игра по правилам.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.

8.Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ					
№		количес тво	Размер	Площад ь	Требования
1	Мегафон	1			
2	Мультимедийный компьютер	1			
3	Принтер лазерный	1			
4	Копировальный аппарат	1			
УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ					
	Гимнастика				
1	Стенка гимнастическая	10			
2	Бревно гимнастическое напольное	1			
3	Бревно гимнастическое высокое	1			
4	Козел гимнастический	-			
5	Конь гимнастический	-			
6	Перекладина гимнастическая	1			
7	Брусья гимнастические, разновысокие	1			
8	Брусья гимнастические, параллельные	2			
9	Канат для лазания, с механизмом крепления	5			
10	Мост гимнастический подкидной	1			
11	Скамейка гимнастическая жесткая	8			
12	Скамейка	4			

	гимнастическая мягкая				
13	Маты гимнастические	30			
14	Мяч набивной (1 кг, 2кг, 3 кг)	10			
15	Мяч малый (теннисный)	10			
16	Скакалка гимнастическая	30			
17	Палка гимнастическая	10			
18	Обруч гимнастический	20			
	Легкая атлетика				
1	Планка для прыжков в высоту	5			
2	Стойки для прыжков в высоту	2			
3	Барьеры л/а тренировочные	5			
4	Рулетка измерительная (10м; 50м)	1			
5	Номера нагрудные	10			
	Спортивные игры				
1	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	4			
2	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	12			
3	Мячи баскетбольные	30			
4	Жилетки игровые с номерами	10			
5	Стойки волейбольные универсальные	2			
6	Сетка волейбольная	2			
7	Мячи волейбольные				
8	Мячи футбольные				
	Лыжная подготовка:				
1	Комплект лыж	50			
	Настольные игры:				
1	Комплект досок	30			
	СПОРТИВНЫЕ ЗАЛЫ				
1	Спортивный зал игровой	1	12 * 24	288м.кв	С раздевалками для мальчиков и девочек (гимнастические скамейки), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек.
2	Кабинет учителя	1	3*3	9м.кв	Включает в себя: рабочий стол, стулья, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды
3	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	1	3*5	15м.кв	Включает в себя: стеллажи, контейнеры
	ПРИШКОЛЬНЫЙ СТАДИОН (ПЛОЩАДКА)				
1	Легкоатлетическая	1	250мет	---	

	дорожка		ров		
	Сектор для прыжков в длину				
3	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	1	32 * 73	2336м.кв	
4	Площадка игровая баскетбольная	2			
5	Площадка игровая волейбольная	2			
6	Гимнастический городок	1			
7	Полоса препятствий	1			

Обязательная литература

1. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся – М.: Просвещение, 2016.

Дополнительная литература

1. Бутин И.М. Лыжный спорт - М.: Издательский центр «Академия», 2000. .
2. Жилкин А. И. Легкая атлетика: - М.: Издательский центр «Академия», 2003. -
3. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре: 5-9 класс – М.: ВАКО, 2012.
4. Мишин Б.И. Настольная книга учителя физической культуры. – М.: «Астрель», 2003.
5. Найминова Э.Б. Спортивные игры на уроках физкультуры – М.: Ростов-н/Д: Феникс, 2001
6. Губа В., Никитушкин В. Легкая атлетика в школе. – М.: Олимпия Пресс, 2006.
7. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. – М.:ВЛАДОС, 2000.

Список литературы для ученика

Обязательная литература

1. Лях В.И. Учебник Физическая культура: 5-7 класс – М.: Просвещение, 2009г.

Дополнительная литература

1. Бойко А.Ф. А вы любите бег? — М: Физкультура и спорт, 1986
2. Бутин И.М. Проложи свою лыжню - М.: Просвещение, 1985
3. Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н. Волейбол в школе - М.: Просвещение, 1989
4. Коркин В.П., Аракчеев В.И. Акробатика: Каноны терминологии. - М. Физкультура и спорт, 1989

Календарно-тематическое планирование 5 класс

№	Тема урока	Вид урока	К-во	Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты	Тип урока	Дата	
1	2	3	4	5	6	7	8	план	факт
1 четверть Лёгкая атлетика (20 ч.)									
1	Ознакомление с правилами по ТБ поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Подвижная игра «Салки».	Вводный	1	Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - соблюдать правила безопасного поведения в спортивном зале и на спортивной площадке; организовывать и проводить подвижные игры.	Текущий		
2	Обучение равномерному бегу по дистанции до 400 метров. Совершенствование высокого и низкого старта, стартового ускорения.	Применение знаний и умений	1	Понимают значение физического развития.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега; -технически правильно выполнять высокий и низкий старт	Текущий		

3	Совершенствование строевых упражнений. Контроль двигательных качеств: бег на 30 м (скорость)	Комбинированный	1	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять организующие строевые команды и приемы; выполнять легкоатлетические упражнения (бег)	Контроль двигательных качеств (бег на 30 метров)		
4	Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места. Совершенствование техники бега.	Контрольный	1	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: Технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; -технически правильно отталкиваться и приземляться	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места).		
5	Обучение бегу на 60 м с высокого и низкого старта.	Изучение нового материала	1	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют днность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: - характеризовать значение физической подготовки солдат в русской армии; выполнять легкоатлетические упражнения бег на 60 м с высокого и низкого старта.	Текущий		

6	Совершенствование навыка метания теннисного мяча Контроль двигательных качеств: бег на 60 м с высокого старта.	Комбинированный	1	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития двигательных навыков; -технически правильно выполнять забеги на	Контроль двигательных качеств (бег на 60 м)		
7	Совершенствование техники бега. Контроль двигательных качеств: бег на 1000 метров.	Комбинированный	1	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (бег в медленном темпе); -равномерно распределять свои силы	Контроль двигательных качеств (бег на 1000 м)		
8	Контроль двигательных качеств: метание теннисного мяча на дальность. Развитие двигательных качеств посредством ОРУ	Комбинированный	1	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять легкоатлетические упражнения; -организовывать и проводить подвижные игры; -соблюдать правила взаимодействия	Контроль двигательных качеств (метание)		

9	Совершенствование техники низкого старта, стартового ускорения, финиширования. Игра-эстафета «Преодолей препятствие».	Комбинированный	1	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры-эстафеты; соблюдать правила взаимодействия с игроками.	Текущий		
10	Совершенствование прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Развитие скоростно-силовых качеств.	Комбинированный	1	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий		
11	Совершенствование прыжка в длину с разбега. Подвижная игра «Прыгающие воробушки».	Комбинированный	1	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося; раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма в прыжке в длину с разбега; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий		

12	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Развитие внимания, ловкости.	Комбинированный	1	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять легкоатлетические упражнения (прыжки) – технически правильно отталкиваться, приземляться в прыжке в длину с разбега	Контроль двигательных качеств		
13	Развитие координационных качеств в упражнениях эстафет с мячами.	Изучение нового материала	1	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: выполнять легкоатлетические упражнения; регулировать физическую нагрузку по скорости и продолжительности и выполнения упражнений	Текущий		
14	Контроль двигательных качеств: челночный бег 4х9 м. Совершенствование прыжков через низкие барьеры.	Комбинированный	1	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результат.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма в прыжках через барьеры	Контроль двигательных качеств (челночный бег)		

15	Обучение разбегу в прыжках в высоту способом «перешагивание». Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть).	Изучение нового материала	1	Раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения оценки учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; оговариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: выполнять разбег в прыжках в высоту способом «перешагивание»	Текущий		
16	Совершенствование разбега в прыжках в высоту способом «перешагивание»	Комбинированный	1	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: выполнять правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий		
17	Проверить умение выполнять норматив прыжка в высоту способом «перешагивание»	Контрольный	1	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся:- выполнять легкоатлетические упражнения – прыжки в высоту	Контрольный		

20	Контроль двигательных качеств: подъем туловища за 30 секунд.	Комбинированный	1	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результат	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: соблюдать правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями;	Контроль двигательных качеств (подъем туловища за 30 секунд)		
Спортивные игры (7 часов)									
21	Обще развивающие упражнения. Ознакомление с передвижениями баскетболиста в игре. Обучение поворотам на месте с мячом в руках. Игра в мини-баскетбол.	Применение знаний и умений	1	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -технически правильно выполнять повороты на месте с мячом в руках; - взаимодействовать с партнерами в игре	Текущий		
22	Совершенствование бросков баскетбольного мяча в кольцо. Подвижная игра «Бросок мяча в колонне».	Применение знаний и умений	1	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения оценки учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: - выполнять броски мяча в кольцо с правильной постановкой рук	Текущий		

23	Обучение ведению мяча в движении с изменением направления. Совершенствование броска мяча в кольцо. Развитие координационных способностей в игре в мини-баскетбол	Применение знаний и умений	1	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять движение с мячом с изменением направления; Соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий		
24	Совершенствование бросков баскетбольного мяча в кольцо. Подвижная игра «Бросок мяча в колонне».	Приенение знаний и умений	1	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения оценки учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: - выполнять броски мяча в кольцо с правильной постановкой рук	Текущий		

25	Совершенствование бросков баскетбольного мяча в кольцо. Подвижная игра «Бросок мяча в колонне».	Приенение знаний и умений	1	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения оценки учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: - выполнять броски мяча в кольцо с правильной постановкой рук	Текущий		
26	Обучение ловле и передаче мяча в движении, в «треугольнике». Совершенствование броска двумя руками от груди.	Применение знаний и умений	1	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий		
27	Общеразвивающие упражнения. Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища за 30 секунд. Игра в мини баскетбол	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Раскрывают внутреннюю позицию школьника	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: выполнять упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Контроль двигательных качеств		

2 четверть Гимнастика с элементами акробатики (18 часов)

28	Ознакомление с правилами по ТБ поведения в спортивном зале и на спортивных снарядах	Изучение нового материала	1	Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - соблюдать правила безопасного поведения в спортивном зале и на спортивных снарядах	Текущий		
29	Совершенствование упражнений: стойка на лопатках, «мост», кувырок вперед, кувырок назад. Развитие координации в упражнениях акробатики и гимнастики.	Применение знаний, умений	1	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств	Текущий		
30	Совершенствование прыжков со скакалкой, выполнение упражнений в равновесиях.	Применение знаний, умений	1	Принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: Выполнять прыжки со скакалкой в различных сочетаниях; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма	Текущий		

31	Кувырки вперед и назад. Развитие силовых способностей посредством парных упражнений акробатики у гимнастической стенки.	Комбинированный	1	принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; оговариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников;	Текущий		
32	Общеразвивающие упражнения. Кувырок вперед и назад, пережат в стойку на лопатках. Развитие скоростно-силовых способностей (подъем туловища лежа на спине).	Комбинированный	1	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и скоростно-силовых качеств	Текущий		

33	Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Кувырок вперед и назад, перекат в стойку на лопатках. Развитие внимания, координации, двигательных качеств в упражнениях полосы препятствий.	Комбинированный	1	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущий		
34	Перекат в стойку на лопатках, «мост» из положения лежа.	Комбинированный	1	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки	Текущий		
35	«Мост» из положения лежа, кувырки. Разучивание комплекса ОРУ в парах.	Комбинированный	1	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма.	Текущий		

36	«Мост» из положения лежа, акробатическая комбинация. Развитие силовых качеств.	Применение знаний и умений	1	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	Познавательные: определяют, применяются действия самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -распределять свои силы во время медленного разминочного бега;	Текущий		
37	«Мост» из положения лежа. Акробатическая комбинация из 4-5 элементов.	Применение знаний и умений. Контроль	1	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: определяют, самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки	Контрольный		
38	Обучение опорному прыжку через гимнастического козла.	Изучение нового материала	1	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. .	Научатся: соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма в прыжках через гимнастического козла	Текущий		

39	Совершенствование прыжков через гимнастического козла. Развитие внимания, координации, двигательных качеств в упражнениях полосы препятствий.	Коминированный	1	Раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации.	Текущий		
40	Совершенствование прыжков через гимнастического козла. Развитие внимания, координации, двигательных качеств в упражнениях полосы препятствий.	Коминированный	1	Раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации.	Текущий		
41	Контроль техники прыжков через гимнастического козла.	Контрольный	1	Раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации.	Контрольный		

42	Кувырок вперед. Эстафеты. Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Перемена мест».	Изучение нового материала	1	Раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения оценки учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями на перекладине	Текущий		
43	Кувырок вперед. Контроль двигательных качеств: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки) и подтягивания на перекладине (мальчики).	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результат.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -технически правильно выполнять акробатические элементы (кувырки); -соблюдать правила безопасного поведения во время занятий	Контроль двигательных качеств (подтягивание)		
44	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре, дробление и сведением. Обучение перемаху из виса стоя присев толчком двумя ногами, согнув ноги, в вис сзади согнувшись на низкой перекладине.	Изучение нового материала	1	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. .	Научатся: -технически правильно выполнять перемах из виса стоя на низкой перекладине	Текущий		

45	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре, дробление и сведением.Обучение перемаху из виса стоя присев толчком двумя ногами, согнув ноги, в вис сзади согнувшись на низкой перекладине.	Совершение упражнения	1	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -технически правильно выполнять перемах из виса стоя на низкой перекладине;	Текущий		
Настольные игры: «шахматы» (10 часов)									
46	Ознакомление с правилами по настольным играм	Вводный	1	Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - соблюдать правила поведения при настольных играх	Текущий		
47	Из истории возникновения шахмат. Обучение навыков игры в шахматы	Применение знаний и умений	1	Учатся играть в шахматы	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Правильно передвигать фигуры.	Текущий		

48	Шахматная доска, фигуры. Обучение навыков игры в шахматы	Применение знаний и умений.	1	Учатся играть в шахматы	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Правильно передвигать фигуры.	Текущи й		
3 четверть									
49	Общие сведения об игре (ценность фигур, ничья ,нападение и защита). Обучение навыков игры в шахматы	Применение знаний и умений	1	Учатся играть в шахматы	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Правильно передвигать фигуры.	Текущи й		
50	Совершенствование с передвижениями фигур в игре. Обучение навыков игры в шахматы	Применение знаний и умений	1	Учатся играть в шахматы	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Правильно передвигать фигуры.	Текущи й		

51	Совершенствование навыков игры в шахматы	Применение знаний и умений	1	Учатся играть в шахматы	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Правильно передвигать фигуры.	Текущий		
52	Совершенствование навыков игры в шахматы	Применение знаний и умений	1	Учатся играть в шахматы	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Правильно передвигать фигуры.	Текущий		
53	Совершенствование навыков игры в шахматы. Простейшие маты.	Применение знаний и умений	1	Учатся играть в шахматы	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Правильно передвигать фигуры.	Текущий		

54	Совершенствование навыков игры в шахматы. Простые комбинации.	Контроль знаний и умений	1	Учатся играть в шахматы	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Правильно передвигать фигуры.	Контрольный		
55	Совершенствование навыков игры в шахматы	Контроль знаний и умений	1	Учатся играть в шахматы	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Правильно передвигать фигуры.	Контрольный		
Лыжная подготовка (18 часов)									
56	Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной и кроссовой подготовки. Подвижные игры.	Изучение нового материала	1	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: - соблюдать правила безопасного поведения в спортивном зале и на спортивных снарядах	Текущий		

57	Совершенствование одновременного двухшажного хода на лыжах с палками. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции до 1500 м	Приенение знаний и умений	1	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - выполнять упражнения для развития выносливости при прохождении на лыжах больших дистанций	Текущий		
58	Совершенствование чередования шага и хода на лыжах во время прохождения дистанции	Применение знаний и умений	1	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов	Текущий		
59	Совершенствование техники торможения и поворотов на лыжах. Подвижная игра «Прокатись через ворота»	Применение знаний и умений	1	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - технически правильно выполнять повороты, спуски и подъемы на лыжах	Текущий		

60	Совершенствование спуска на лыжах с палками со склона способом «змейка». Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1000 м.	Применение знаний и умений	1	ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: - выполнять упражнения для развития выносливости при прохождении тренировочных дистанций разученными способами	Текущий		
61	Обучение ходьбе на лыжах по дистанции 1000 м на время.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - технически правильно выполнять двигательные действия лыжной подготовки, использовать их в соревновательной деятельности	Текущий		
62	Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1,5- 2 км.	Комбинированный	1	ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - технически правильно выполнять одновременный бесшажный ход.	Текущий		

63	Одновременные ходы. Повторить попеременный двухшажный ход.	Комбинированный	1	ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: - соблюдать технику ходов.	Текущий		
64	Разучивание игровых упражнений с бегом на лыжах и без лыж.	Комбинированный	1	ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - организовывать игровую деятельность с учетом требований ее безопасности	Текущий		
65	Развитие выносливости. Одновременный бесшажный ход.	Комбинированный	1	ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - соблюдать правила предупреждения травматизма во время занятий по лыжной подготовке	Текущий		

66	Одновременный бесшажный ход. Подъемы на склоны «полуелочкой».	Коминированный	1	ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - технически правильно выполнять подъемы на склонах	Текущий		
67	Одновременный бесшажный ход. Подъемы на склон «полуелочкой»	Изучение нового материала	1	ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: - выполнять правильно подъемы на склоны.	Текущий		
68	Развитие выносливости; спуски в средней стойке и торможения «плугом».	Изучение нового материала	1	ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью	Научатся: - выполнять игровые упражнения с элементами волейбола	Текущий		

69	Развитие выносливости; спуски в средней стойке и торможения «плугом».	Изучение нового материала	1	ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью	Научатся: - выполнять игровые упражнения с элементами волейбола	Текущий		
70	Одновременные ходы. Повторить попеременный двухшажный ход.	Комбинированный	1	ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: - соблюдать технику ходов.	Текущий		

[illegible]

74	Ознакомление с правилами по ТБ поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Подвижная игра «Пионербол».	Вводны й	1	Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - соблюдать правила безопасного поведения в спортивном зале и на спортивной площадке; организовывать и проводить подвижные игры.	Текущи й		
75	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством волейбольных упражнений. Игра в пионербол с элементами волейбола	Приенен иезнаний и умений	1	Правила и условия проведения игры в волейбол. Цель: учить применять освоенные навыки упражнений с элементами волейбола в игровой деятельности	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: Выполнять упражнения с элементами волейбола во время игры в пионербол	Текущи й		
76	Совершенствование упражнений с элементами волейбола индивидуально, в парах, группах. Игра в пионербол с элементами волейбола	Примен ение знаний и умений	1	Развитие координационных способностей. Цель: закрепить навык двигательных действий, составляющих содержание игры в волейбол	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры с мячом; - соблюдать правил а взаимодействия с игроками	Текущи й		

77	Совершенствование упражнений с элементами волейбола в парах.	Приенений и умений	1	Правила выполнения бросков и ловли волейбольного мяча. Цели: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на активное общение	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями	Текущий		
78	Обучение упражнениям с мячом в парах: - нижняя прямая подача на расстоянии 5-6 метров от партнера.	Изучение нового материала	1	ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - технически правильно выполнять подачу и передачу мяча через сетку	Текущий		
4 четверть									
79	Совершенствование упражнений с элементами волейбола индивидуально, в парах, группах. Игра в пионербол с элементами волейбола	Применение знаний и умений	1	Развитие координационных способностей. Цель: закрепить навык двигательных действий, составляющих содержание игры в волейбол	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры с мячом; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий		

80	Обучение упражнениям с мячом в парах: - нижняя передача мяча с собственным подбрасыванием.	Изучение нового материала	1	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий		
81	Совершенствование «стойки волейболиста». Игра в пионербол	Применение знаний и умений	1	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры с мячом; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий		
82	Совершенствование упражнений с элементами волейбола индивидуально, в парах, группах. Игра в пионербол с элементами волейбола	Применение знаний и умений	1	Развитие координационных способностей. Цели: закрепить навык двигательных действий, составляющих содержание игры в волейбол	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры с мячом; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий		

83	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством воейбольных упражнений. Игра в пионербол с элементами волейбола	Применение знаний и умений	1	Правила и условия проведения игры в волейбол. Целя: учить применять освоенные навыки упражнений с элементами волейбола в игровой деятельности	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: Выполнять упражнения с элементами волейбола во время игры в пионербол	Контрольный		
84	Совершенствование упражнений с элементами волейбола индивидуально, в парах, группах. Игра в пионербол с элементами волейбола	Применение знаний и умений	1	Развитие координационных способностей. Целя: закрепить навык двигательных действий, составляющих содержание игры в волейбол	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры с мячом; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий		
85	Обучение ведению мяча в движении с изменением направления. Совершенствование броска мяча в кольцо. Развитие координационных способностей в игре в мини-баскетбол	Применение знаний и умений	1	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учатся нести личную ответственность за здоровый образ жизни	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять движение с мячом с изменением направления; Соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий		

[illegible]

89	Обучение разбегу в прыжках в высоту способом «перешагивание». Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть).	Изучение нового материала	1	Раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения оценки учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение позицию; оговариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: - выполнять разбег в прыжках в высоту способом «перешагивание»;	Текущий		
90	Обучение прыжку в высоту способом «перешагивание». Совершенствование разбега в прыжках в высоту способом «перешагивание».	Комбинированный	1	Ориентируются на понимание причин и успеха в учебной деятельности.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: - выполнять правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий		
91	Контрольный норматив прыжка в высоту способом «перешагивание»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся:- выполнять легкоатлетические упражнения – прыжки в высоту	Контрольный		

92	Совершенствование беговых упражнений с ускорением с высокого старта. Подвижная игра «Невод»	Коминированный	1	ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: формулируют собственное мнение позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий		
93	Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 4х9 метров..	Проверка и коррекция знаний и умений	1	ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать способы закаливания организма; -технически правильно выполнять челночный бег	Контроль двигательных качеств (челночный бег)		
94	Равномерный бег. ОРУ на расслабление	Проверка и коррекция знаний и умений	1	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы по дистанции, оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Текущий		

95	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30 м	Проверка и коррекция знаний и умений	1	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: - оказывать доврачебную помощь при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях	Контроль двигательных качеств (бег на 30 м)		
96	Обучение броскам теннисного мяча на дальность, в максимальном темпе, из разных исходных положений.	Применение знаний и умений	1	ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: - метать теннисный мяч на дальность	Текущий		
97	Контроль за развитием двигательных качеств: 60 м. на время, метание мяча.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: - метать теннисный мяч на дальность.	Контроль двигательных качеств		

[illegible]

100	Равномерный бег. Удары по мячу и остановка катящегося мячаИгра в мини футбол.	Применение знаний и умений	1	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся:равномерно распределять свои силы для завершения шестиминутного бега;оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Текущий		
101	Обводка стоек и ведение мяча по линии. Игра в мини футбол	Применение знаний и умений	1	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способ решения. Коммуникативные:формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: контролировать нагрузку в процессе выполнения учебных заданий	Текущий		
102	Равномерный шестиминутный бег. Удары по мячу и остановка катящегося мяча	Проверка и коррекция знаний и умений	1	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы для завершения шестиминутного бега;оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Контроль двигательных качеств		

103	Удары мячом по воротам с различного расстояния. Игра в мини футбол	Применение знаний и умений	1	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способ решения. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: контролировать нагрузку в процессе выполнения учебных заданий	Текущий		
104	Обводка стоек и ведение мяча по линии. Игра в мини футбол	Применение знаний и умений	1	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способ решения. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: контролировать нагрузку в процессе выполнения учебных заданий	Текущий		
105	Двухсторонняя игра по правилам	Контрольный	1	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способ решения. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и	Научатся: - технически правильно выполнять двигательные действия в футболе	Контрольный		