

Министерство просвещения Российской Федерации  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Ерзовская средняя школа имени Героя Советского Союза Гончарова Петра Алексеевича»  
403010, Волгоградская область, Городищенский муниципальный район,  
р.п. Ерзовка, улица Школьная, 2  
т. 8-84468-4-79-55, E-mail: erzovka\_sosh@mail.ru  
ОКПО 22402704, ОГРН 1023405363376, ИНН/КПП 3403301246/340301001

<b>РАССМОТРЕНО</b> на заседании методического объединения учителей физической культуры ОБЖ. Протокол № <u>1</u> от « <u>31</u> » <u>августа</u> 2021г. Руководитель МО <u>Л.А. Мединцова</u>	<b>СОГЛАСОВАНО</b> Старший методист МБОУ «Ерзовская СШ имени Героя Советского Союза Гончарова П.А.» Городищенского района Волгоградской области <u>М.Ю. Терехова</u> « <u>31</u> » <u>августа</u> 2021 г.	<b>УТВЕРЖДАЮ</b> Директор МБОУ «Ерзовская СШ имени Героя Советского Союза Гончарова П.А.» Городищенского района Волгоградской области <u>В.В. Мединцов</u> Приказ № <u>76-сп</u> от « <u>18</u> » <u>августа</u> 2021 г.
--	--	---

Адаптированная

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Физическая культура»  
8 «в» класса: вариант 7.2 ФГОС ОВЗ

Составитель: Мединцова Лилия Александровна  
Учитель физической культуры

2021-2022 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 8 класс

Программа является частью адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями, составленной в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья ФГОС НОО ОВЗ), требованиями Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования (АООП НОО) обучающихся с интеллектуальными нарушениями, рекомендациями ТПМК.

Программа отражает содержание обучения предмету «Физическая культура» с учетом особых образовательных потребностей обучающихся.

#### **Общая характеристика учебного предмета:**

**Цель программы обучения** заключается: во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

#### **Задачи программы обучения:**

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

#### **Описание места учебного предмета, курса в учебном плане**

Учебный предмет «Физическая культура» проводится в 8 классе – 3 часа в неделю, 102 часа 34 учебных недели.

#### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

##### **Знания о физической культуре**

Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание.

Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии, ходьбе, беге, метании, прыжках.

Значение утренней зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.

##### **Гимнастика с основами акробатики**

**Строевые упражнения:** Построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйся!» «Смирно!» «Вольно!» «На месте шагом марш!» «Шагом марш!» «Класс, стройся!». Ходьба в колонне с левой ноги. Бег в колонне со сменой

направлений по ориентирам в прямом направлении. Перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем. Перестроение из колонны по одному в колонну по двое через середину, взявшись за руки. Расчет по порядку.

**Обще развивающие упражнения без предметов:** Основные движения рук и ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении. Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки. Простые комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений.

**Упражнения для формирования правильной осанки:** Самостоятельное принятие правильной осанки. Различные движения головой, руками, туловищем с остановкой по сигналу и проверкой правильной осанки. Удерживание на голове небольшого груза с сохранением правильной осанки. Сохранение правильной осанки в ходьбе, удерживая небольшой груз в руках.

**Обще развивающие и корригирующие упражнения с предметами:** Комплексы упражнений с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами.

**Элементы акробатических упражнений:** Кувырок вперед по наклонному мату, стойка на лопатках, согнув ноги.

**Лазанье и перелезание:** Лазанье по наклонной гимнастической скамейке (угол 20°) одноименным и разноименным способами (усилия только руками или только ногами). То же по гимнастической стенке. Передвижение на четвереньках по полу, по кругу на скорость и с выполнением заданий (с толканием мяча). Подлезание под препятствие высотой 30 – 40 см. Перелезание через препятствие высотой 70 см. Перелезание со скамейки на скамейку произвольным способом (расстояние между скамейками 20 -30 см).

**Висы:** В висе на гимнастической стенке сгибание и разгибание ног. Упор на гимнастической стенке в положении стоя, меняя рейки.

**Равновесие:** Ходьба по гимнастической скамейке с предметами (по выбору), на носках с различным движением рук, боком приставными шагами, по наклонной скамейке. Ходьба по полу по начерченной линии. Стойка на одной ноге, другая в сторону, вперед, назад с различными положениями рук (3 – 4 сек.).

**Переноска грузов и передача предметов :** Передача большого мяча в колонне сбоку – назад и вперед. Коллективная переноска гимнастических скамеек. Переноска двух набивных мячей до 4 кг различными способами (катанием, на руках). Переноска 8 – 10 гимнастических палок.

### **Лёгкая атлетика**

**Ходьба :** Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.

**Бег:** Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий. Бег на скорость до 30 м. Медленный бег до 2 мин. Чередование ходьбы и бега на расстояние до 40 м (20 м – ходьба, 20 м – бег).

**Прыжки:** Прыжки на одной ноге: на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты 10 – 40 см с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки в длину и высоту с небольшого разбега (3—4 м). Прыжки с прямого разбега в длину.

**Метание:** Метание большого мяча двумя руками: из – за головы и снизу в стену. Броски набивного мяча (1 кг) сидя, двумя руками из – за головы. Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность.

### **Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)**

Построение в шеренгу с изменением места построения по заданному ориентиру (черта, квадрат, круг). Движение в колонне с изменением направлений по установленным на полу ориентирам. Повороты к ориентирам без контроля зрением в момент поворота. Шаг вперед, шаг назад, вправо в обозначенное место с открытыми и закрытыми глазами. Ходьба по ориентирам, начерченным на гимнастической скамейке. Прыжок в длину с места в обозначенный ориентир и воспроизведение его без зрительного контроля. Лазанье по определенным ориентирам, изменение направления лазанья. Подбрасывание мяча вверх до определенного ориентира. Выполнение исходных положений рук по

словесной инструкции учителя. Выполнение различных упражнений без контроля и с контролем зрения. Ходьба в обход в колонне до 10 с, вторично – до 15 с. Определение интервалов времени (дольше, меньше).

**Подвижные и спортивные игры.** Подвижные игры.

**На материале гимнастики с основами акробатики:** игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

**На материале лёгкой атлетики:** прыжки, бег, метание и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

Спортивные игры. **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 (пионербол); подвижные игры на материале волейбола.

**ОРУ.** Общефизическая подготовка.

**Общеразвивающие упражнения** из базовых видов спорта, элементы национальных видов спорта.

**Баскетбол и волейбол.** Спортивные игры.

**Баскетбол:** стойка игрока, остановка, передвижения; упражнения в ловле, передаче мяча; ведение в движении шагом, бегом, обводка стоек; упражнения в парах; ОРУ с баскетбольными мячами; броски мяча в кольцо; подвижные игры на материале баскетбола.

**Волейбол:** подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча (пионербол).

**Формы и методы работы с обучающимися**

**Основные методы, используемые на уроках:**

- Фронтальный;
- Поточный;
- Посменный;
- Групповой;
- Индивидуальный.

**Методы обучения, воспитания двигательных качеств:**

- Равномерный метод;
- Переменный метод;
- Повторный метод;
- Интервальный метод;
- Соревновательный метод;
- Игровой метод;
- Круговой

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
8 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Тип урока	Кол-во часов	Решаемые проблемы	Планируемые результаты		Вид контроля	Дата
					универсальные учебные действия	предметные знания		
1	Низкий старт (30–40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Инструктаж по ТБ. Развитие скоростных качеств.	Вводный	1	Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке? <b>Цели:</b> закрепить навыки построений и перестроений; развивать координацию движений в упражнениях утренней гимнастики	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения передачи эстафетной палочки. <b>Личностные:</b> Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию	<b>Научатся:</b> бегать с максимальной скоростью (60 м)	Текущий	
2	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Финиширование. Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Совершенствования	1	Какой должна быть спортивная форма для занятий на улице? <b>Цели:</b> учить бегу максимальной скорости; закрепить навык выполнения высокого и низкого старта, стартового ускорения	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения передачи эстафетной палочки. <b>Личностные:</b> Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию	<b>Научатся:</b> бегать с максимальной скоростью (60 м)	Текущий	
3	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Финиширование. Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Совершенствования	1	Как бегать на короткую дистанцию с высокого и низкого старта? <b>Цели:</b> учить правильной технике бега с высокого и низкого старта	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения передачи эстафетной палочки. <b>Личностные:</b> Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию	<b>Научатся:</b> определять влияние бега на организм человека и допустимые беговые нагрузки	Текущий	
4	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Финиширование. Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Совершенствования	1	Как бегать на короткую дистанцию с высокого и низкого старта? <b>Цели:</b> учить правильной технике бега с высокого и низкого старта	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения эстафетного бега (круговая эстафета). <b>Личностные:</b> Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные	<b>Научатся:</b> определять влияние бега на организм человека и допустимые беговые нагрузки	Текущий	

					сообщества			
5	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Финиширование. Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Совершенствования	1	Каковы правила выполнения эстафетного бега <b>Цели:</b> закрепить навык эстафетного бега	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения эстафетного бега (круговая эстафета). <b>Личностные:</b> Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества	<b>Научатся:</b> демонстрировать беговые упражнения для развития скорости	Текущий	
6	Бег (60 м) на результат. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Контрольный	1	Почему тестирование проводится два раза в год? <b>Цели:</b> закрепить навык развивать скорость в беге на 60 метров	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения эстафетного бега (круговая эстафета). <b>Личностные:</b> Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества	<b>Научатся:</b> – выполнять упражнения для развития двигательных навыков; – технически правильно выполнять забеги на дистанцию 60 м		
7	Прыжок в длину с 11–13 беговых шагов. Подбор разбега. Метание теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила использование лёгкоатлетических упражнений для развития скоростно	Комбинированный	1	Каковы организационные приемы прыжков? Корректировка техники бега. <b>Цели:</b> тестирование прыжка в длину с разбега, совершенствование техники бега	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность - прояв.2ят учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Текущий	
8	Прыжок в длину с 11–13 беговых шагов. Фаза полета. Приземление. Метание мяча (150 г) на дальность с 5–6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения	Комбинированный	1	Как приземляться в прыжковую яму на обе ноги? <b>Цели:</b> учить правильной технике прыжка в длину с разбега, развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность - проявят учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Текущий	
9	Прыжок в длину с 11–13	Комби	1	Как приземляться в	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения	<b>Научатся:</b>	Текущий	

	беговых шагов. Фаза полета. Приземление. Метание мяча (150 г) на дальность с 5–6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения	нированный		прыжковую яму на обе ноги? <b>Цели:</b> учить правильной технике прыжка в длину с разбега, развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений	поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	- прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность - проявят учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	й	
10	Прыжок в длину с разбега. Техника выполнения метания мяча с разбега.	Учётный	1	Каковы организационные приемы прыжков? <b>Цели:</b> закрепить навык технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> - прыгать в длину с разбега; - метать мяч на дальность - проявят учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу		
11	Бег (1500м.- (д); 2000м. – (м)) ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости.	Комбинированный	1	Корректировка техники бега. <b>Цели:</b> закрепить навык бега на дистанции. - закрепить правила с/игры «Лапта»	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> - пробегать средние дистанции. - использовать общие приемы решения поставленных задач	Текущий	

12	Бег (1500м.- (д); 2000м. – (м)) ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Правила соревнований. Развитие выносливости.	Учётный	1	Корректировка техники бега. <b>Цели:</b> закрепить навык бега на дистанции. - закрепить правила с/игры «Лапта»	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение бега на средние дистанции. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений <b>Личностные:</b> Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества	<b>Научатся:</b> - пробегать средние дистанции. - использовать общие приемы решения поставленных задач		
13	Бег (15 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития выносливости	Комбинированный	1	Как работать над распределением сил на дистанции? <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений; - взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений <b>Личностные:</b> - давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетике; - знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Научатся:</b> - бегать в равномерном темпе (20 мин) договариваться и приходиться к общему решению в совместной деятельности; - ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Текущий	
14	Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости. Правила использования легкоатлетических	Совершенствования	1	Как работать над распределением сил на дистанции? <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений <b>Коммуникативные:</b>	<b>Научатся:</b> - бегать в равномерном темпе (20 мин) договариваться и приходиться к	Текущий	



	упражнений для развития выносливости				<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;</li> <li>- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений;</li> <li>- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений</li> </ul> <p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики;</li> <li>- знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</li> </ul>	<p>общему решению в совместной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.</li> </ul>		
15	Бег (16 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Совершенствования	1	<p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p><b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p><b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;</li> <li>- демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений</li> </ul> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;</li> <li>- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений;</li> <li>- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений</li> </ul> <p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики;</li> <li>- знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</li> </ul>	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять легкоатлетические упражнения (бег в медленном темпе);</li> <li>– равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега</li> </ul>	Текущий	
16 -- 17	Бег (17 мин). Преодоление вертикальных препятствий, прыгивание. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости.	Совершенствования <hr/> Совершенствования	2	<p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p><b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p><b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение бега на средние дистанции.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений</p> <p><b>Личностные:</b> Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять легкоатлетические упражнения (бег в медленном темпе);</li> <li>– равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега</li> </ul>	Текущий <hr/> Текущий	

18 -- 19	Бег (18 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Совершенствования Совершенствования	2	Как работать над распределением сил на дистанции? <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение бега на средние дистанции. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений <b>Личностные:</b> Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества	<b>Научатся:</b> – выполнять легкоатлетические упражнения (бег в медленном темпе); – равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега	Текущий  Текущий	
20	Бег (18 мин). Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Совершенствования	1	Как работать над распределением сил на дистанции? <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение бега на средние дистанции. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений <b>Личностные:</b> Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества	<b>Научатся:</b> – выполнять легкоатлетические упражнения (бег в медленном темпе); – равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега	Текущий	
21	Бег (3 км.) Развитие выносливости. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Учётный	1	Как работать над распределением сил на дистанции? <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение бега на средние дистанции. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений <b>Личностные:</b> Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества	<b>Научатся:</b> – выполнять легкоатлетические упражнения (бег в медленном темпе); – равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега		
22	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ на месте. Подъем переворотом в упор толчком двумя руками (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на	Изучение нового материала	1	Правила безопасности в зале с инвентарем и на гимнастических снарядах. <b>Цели:</b> учить выполнять общеразвивающие упражнения с предметами (гимнастические скамейки и стенка)	<b>Коммуникативные:</b> Соблюдать правила техники безопасности при выполнении строевых упражнений. <b>Личностные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий. Включать строевые упражнения в различные формы занятий физической культурой. <b>Познавательные:</b> Демонстрировать вариативное выполнение строевых упражнений. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и	<b>Научатся:</b> -выполнять строевые приемы; - упражнения в висе - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;	Текущий	

	гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. Техника безопасности				передвижениях человека	-ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.		
23 -- 24	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ с гимнастической палкой. Подъем переворотом в упор толчком двумя руками (м.); махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей развития гибкости	Совершенствования  Совершенствования	2	Правила безопасного выполнения упражнений на гимнастической перекладине. <b>Цели:</b> учить выполнять перемах из виса стоя на низкой перекладине	<b>Коммуникативные:</b> Соблюдать правила техники безопасности при выполнении строевых упражнений. <b>Личностные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий. Включать строевые упражнения в различные формы занятий физической культурой. <b>Познавательные:</b> Демонстрировать вариативное выполнение строевых упражнений. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека	<b>Научаться:</b> - выполнять строевые приемы; упражнения в висе - договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Текущий	
25 -- 26	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. Выполнение комплекса ОРУ с гимнастической палкой. Подъем переворотом в упор толчком двумя руками (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей	Совершенствования  Совершенствования	2	Правила безопасного выполнения упражнений на гимнастической перекладине. <b>Цели:</b> учить выполнять перемах из виса стоя на низкой перекладине	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	<b>Научатся:</b> – технически правильно выполнять перемах из виса стоя на низкой перекладине; – соблюдать правила взаимодействия с игроками; – организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	
27	Техника выполнения подъема переворотом. Подтягивания в висе. Выполнение комплекса ОРУ с гимнастической палкой	Учётный	1		<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности			

28	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. Эстафеты. Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей	Изучение нового материала	1	Прыжки через гимнастического козла различными способами. <b>Цели:</b> учить прыжкам через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор, стоя на коленях, затем переход в упор присев и соскок вперед)	<b>Коммуникативные:</b> Включать строевые упражнения в различные формы занятий физической культурой. <b>Личностные:</b> Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей.	<b>Научатся:</b> <i>Уметь:</i> выполнять строевые приемы; - упражнения в висе договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Текущий	
29	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с предметами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	1	Прыжки через гимнастического козла различными способами. <b>Цели:</b> учить прыжкам через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор, стоя на коленях, затем переход в упор присев и соскок вперед)	<b>Коммуникативные:</b> Включать строевые упражнения в различные формы занятий физической культурой. <b>Личностные:</b> Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей.	<b>Научатся:</b> -выполнять опорный прыжок -договариваться и приходят к общему решению в совместной деятельности, -ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Текущий	
30 -- 31 -- 32	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования <hr/> Совершенствования <hr/> Совершенствования	3	Прыжки через гимнастического козла различными способами. <b>Цели:</b> учить прыжкам через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор, стоя на коленях, затем переход в упор присев и соскок вперед)	<b>Коммуникативные:</b> Включать строевые упражнения в различные формы занятий физической культурой. <b>Личностные:</b> Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей.		Текущий <hr/> Текущий <hr/> Текущий	

33	Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок боком с поворотом на 90°. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Учетный	1	Прыжки через гимнастического козла различными способами. <b>Цели:</b> учить прыжкам через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор, стоя на коленях, затем переход в упор присев и соскок вперед)	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> 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. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> – выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Оценка техники выполнения упражнений	
34	Кувырок назад, стойка ноги врозь (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ в движении. Лазание по канату в два приема. Развитие силовых способностей	Изучение нового материала	1	Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики? <b>Цели:</b> учить выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым методом	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> 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. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> – технически правильно выполнять акробатические элементы (кувырки); – соблюдать правила безопасного поведения во время занятий	Текущий	
35	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ в движении. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых способностей	Комплексный	1	Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики? <b>Цели:</b> учить выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым методом	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. <b>Личностные:</b> - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.	<b>Научатся:</b> – выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	
36	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок(м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых способностей	Комплексный	1	Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики? <b>Цели:</b> учить выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым методом	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог;	<b>Научатся:</b> – выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	

					-участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. <b>Личностные:</b> - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.			
37	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых способностей	Комплексный	1	Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики? <b>Цели:</b> учить выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым методом	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. <b>Личностные:</b> - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.	<b>Научатся:</b> – выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	
38 -- 39	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату и шесту в два-три приема. Развитие силовых способностей	Комплексный <hr/> Учётный	2	Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики? <b>Цели:</b> учить выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым методом	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. <b>Личностные:</b> - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.	<b>Научатся:</b> – выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий <hr/> Выполнение на оценку акробатических элементов	
40	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам	Освоение нового материала	1	Правила безопасного поведения в спортивном зале с мячами. <b>Цели:</b> закрепить передачу мяча	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств.. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> - играть в волейбол по упрощенным правилам; - выполнять технические действия в игре -используют общие приемы решения поставленных задач.	Текущий	
41	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из	Совершенств	2	Правила безопасного поведения	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> - играть в	Текущий	

-- 42	разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам	ования  Совершенствования		в спортивном зале с мячами. <b>Цели:</b> закрепить передачу мяча	и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств.. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность	волейбол по упрощенным правилам; - выполнять технические действия в игре -используют общие приемы решения поставленных задач	Текущий	
43	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам	Совершенствования	1	Передача мяча через сетку <b>Цели:</b> закрепить передачу мяча через сетку во встречных колоннах	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> - играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре.	Текущий	
44	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам	Совершенствования	1	Передача мяча через сетку <b>Цели:</b> закрепить передачу мяча через сетку во встречных колоннах	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> - играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре.	Текущий	
45 -- 46 -- 47	Комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам	Комбинированный  Совершенствования  ----- -- Совершенств	3	Прямой нападающий удар <b>Цели:</b> учить прямому нападающему удару	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> - играть в волейбол по упрощенным правилам; - выполнять технические действия в игре -используют общие приемы решения поставленных задач.	Текущий  ----- ---- Текущий  ----- ----	

		ования					Текущи й	
48 -- 49	Комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам	Совершенствования  ----- -- Совершенствования	2	Комбинации из разученных элементов  <b>Цели:</b> учить прямому нападающему удару; передаче мяча сверху в колонна парах; подаче, нападающему удару	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> - играть в волейбол по упрощенным правилам; - выполнять технические действия в игре -используют общие приемы решения поставленных задач.	Текущи й	
50	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Передача мяча над собой во встречных колоннах . Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам	Комбинированный	1	Комбинации из разученных элементов  <b>Цели:</b> учить верхней передаче мяча в тройках; отбивание мяча кулаком через сетку	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> - играть в волейбол по упрощенным правилам; - выполнять технические действия в игре -используют общие приемы решения поставленных задач.	Текущи й	
51 -- 52	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках	Совершенствования	3	Комбинации из разученных элементов	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки.	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> - играть в волейбол по	Текущи й	



-- 53	после перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам	----- -- Совершенство ования ----- -- Совершенство ования		<b>Цели:</b> учить игре по упрощённым правилам	<b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность	упрощенным правилам; - выполнять технические действия в игре -используют общие приемы решения поставленных задач.		
54 -- 55	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам	Совершенство ования ----- --- Совершенство ования	2	Комбинации из разученных элементов  <b>Цели:</b> Учитьнападающему удару после передаче;учить игре по упрощённым правилам	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> - играть в волейбол по упрощенным правилам; - выполнять технические действия в игре	Текущи й	
56 -- 57	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар в тройках через сетку. Игра по упрощенным правилам. Тактика свободного нападения	Комбини рова нный ----- --- Совершенство ования	2	Комбинации из разученных элементов  <b>Цели:</b> Учитьигре по упрощённым правилам в волейбол	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> - играть в волейбол по упрощенным правилам; - выполнять технические действия в игре	Оценка техники владени я мячом, нападаю ще-го удара ----- ----- Оценка техники владени я мячом, нападаю ще-го удара	
58	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением,	Комбини рова нный	2	Какие действия на уроке могут привести к травмам?	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b>	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным	Текущи й	

59	с сопротивлением на месте. Бросок двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя руками от груди на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Совершенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие	Комбинированный		<b>Цели:</b> учить быстрому движению при передаче и ловле баскетбольного мяча; закрепить навык ведения мяча правой (левой) рукой в движении	Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств.. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность,	правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	Текущий	
60	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением, с сопротивлением на месте. Бросок двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя руками от груди на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Совершенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие	Комбинированный	3	Как осуществлять личную защиту?  <b>Цели:</b> закрепить навык личной защиты	<b>Познавательные:</b> Моделировать технику игровых действий на площадке и вне площадки. <b>Коммуникативные:</b> Использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств.. <b>Личностные:</b> Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность,	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	Текущий	
--		----- ---					----- ----	
61		Комбинированный					Текущий	
62		Комбинированный					Текущий	
63	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением на месте. Бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие	Комбинированный	3	Как выполнять сочетание приемов передвижений и остановок игрока. <b>Цели:</b> закрепить ведение мяча с сопротивлением на месте; бросок двумя руками от головы; передачу мяча одной рукой от плеча на месте.	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы	Текущий	
--		----- -----					----- -----	
64		Комбинированный					Текущий	
65		Комбинированный					Текущий	

	координационных способностей	Комбинированный				решения поставленных задач	----- ----	Текущий	
66 -- 67	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Комбинированный  ----- --- Комбинированный	2	Как выполнять сочетание приемов передвижений и остановок игрока. <b>Цели:</b> закрепить ведение мяча с сопротивлением на месте; бросок одной рукой от плеча; передачу мяча одной рукой от груди в движении и парами.	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	----- ----	Текущий	
68	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Комбинированный	1	Как выполнять сочетание приемов передвижений и остановок игрока. <b>Цели:</b> закрепить ведение мяча с сопротивлением на месте; передача двумя руками от груди; передачу мяча одной рукой от плеча на месте.	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач		Текущий	
69	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от плеча в движении парами с сопротивлением. Личная защита. Учебная	Комбинированный	1	Как выполнять сочетание приемов передвижений и остановок игрока. <b>Цели:</b> закрепить ведение мяча с сопротивлением на месте; бросок одной рукой от плеча; передачу мяча одной рукой от груди в движении парами.	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать		Текущий	

	игра. Развитие координационных способностей					общие приемы решения поставленных задач		
70 -- 71	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания (2 × 2, 3 × 3, 4 × 4). Учебная игра. Развитие координационных способностей	Комбинированный	2	Как выполнять игровые задания <b>Цели:</b> закрепить ведение мяча с сопротивлением; бросок одной рукой от плеча с места; передачу мяча одной рукой от плеча в тройках; игровые задания (2 × 2, 3 × 3, 4 × 4).	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	Текущий	
72 -- 73	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания (2 × 2, 3 × 3, 4 × 4). Учебная игра. Развитие координационных способностей	Комбинированный	2	Как выполнять игровые задания <b>Цели:</b> закрепить ведение мяча с сопротивлением; бросок одной рукой от плеча с места; передачу мяча одной рукой от плеча в тройках; игровые задания (2 × 2, 3 × 3, 4 × 4).	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	Текущий	
74 -- 75 76	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением. Развитие координационных способностей	Комбинированный	3	Как выполнять сочетание приемов ведения, передачи, броска. <b>Цели:</b> закрепить штрафной бросок; позиционное нападение со сменой места.	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	Текущий	
77	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения,	Комбинированный	1	Как выполнять сочетание приемов ведения, передачи, броска.	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по	Оценка техники штрафно	

	передачи, броска. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Развитие координационных способностей			<b>Цели:</b> закрепить штрафной бросок; позиционное нападение со сменой места.	<b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата м	упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	го броска	
78	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 × 1, 3 × 2). Учебная игра. Развитие координационных способностей	Комбинированный	1	Как выполнять сочетание приемов ведения, передачи, броска.  <b>Цели:</b> закрепить быстрый прорыв (2 × 1, 3 × 2).	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата м	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	Текущей	
79	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 × 1, 3 × 2). Взаимодействие двух игроков через заслон. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Комбинированный	1	Как выполнять сочетание приемов ведения, передачи, броска.  <b>Цели:</b> закрепить быстрый прорыв (2 × 1, 3 × 2).	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	Текущей	
80	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв (2 × 1, 3 × 2). Взаимодействие двух игроков через заслон. Учебная игра. Развитие координационных	Комбинированный	1	Как выполнять сочетание приемов ведения, передачи, броска.  <b>Цели:</b> закрепить быстрый прорыв (2 × 1, 3 × 2).	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	Оценка техники ведения мяча с сопротивлением.	

	способностей							
81 -- 82	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв ( $3 \times 1$ , $3 \times 2$ , $4 \times 2$ ). Взаимодействие игроков в защите и нападении через заслон. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Комбинированный	2	Как выполнять сочетание приемов ведения, передачи, броска.  <b>Цели:</b> закрепить быстрый прорыв ( $3 \times 1$ , $3 \times 2$ , $4 \times 2$ ).	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	Текущий	
83 -- 84	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв ( $3 \times 1$ , $3 \times 2$ , $4 \times 2$ ). Взаимодействие игроков в защите и нападении через заслон. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Комбинированный	2	Как выполнять сочетание приемов ведения, передачи, броска.  <b>Цели:</b> закрепить быстрый прорыв ( $3 \times 1$ , $3 \times 2$ , $4 \times 2$ ).	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре; использовать общие приемы решения поставленных задач	Текущий	
85	Бег (15 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости. Правила использования легкоатлетических упражнений. Для развития выносливости. Инструктаж по ТБ	Комбинированный	1	Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке?  <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по легкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений; - взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений <b>Личностные:</b> - давать адекватную позитивную самооценку; - проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению легкой атлетике;	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> бегать в равномерном темпе (20 мин.)	Текущий	

					- знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
86 -- 87	Бег (17 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Совершенствования  ----- ---	2	Как работать над распределением сил на дистанции? <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений; - взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений <b>Личностные:</b> - давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетике; - знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> бегать в равномерном темпе (20 мин.)	Текущий  ----- ----	
88	Бег (18 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыгиванием. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Совершенствования	1	Как работать над распределением сил на дистанции? <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений; - взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений <b>Личностные:</b> - давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетике; - знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> бегать в равномерном темпе (20 мин.)	Текущий	
89	Бег (18 мин). Преодоление	Совер	1	Как работать над	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ	<b>Научатся:</b>		

	вертикальных препятствий прыжком. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	шенств оваия		распределением сил на дистанции? <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений; - взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений <b>Личностные:</b> - давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетике; - знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Уметь:</b> бегать в равномерном темпе (20 мин.)	Текущи й	
90 -- 91	Бег (19 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Совер шенств оваия ----- --- Совер шенств оваия	2	Как работать над распределением сил на дистанции? <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений; - взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений <b>Личностные:</b> - давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетике; - знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> бегать в равномерном темпе (20 мин.)	Текущи й ----- ----- Текущи й	
92	Бег (20 мин). Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Совер шенств оваия	1	Как работать над распределением сил на дистанции? <b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время	<b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений	<b>Научатся:</b> <b>Уметь:</b> бегать в равномерном темпе (20 мин.)	Текущи й	



					<p><b>Коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;</li> <li>- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений;</li> <li>- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений</li> </ul> <p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики;</li> <li>- знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</li> </ul>			
93	Бег (3 км.) Развитие выносливости. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Учётный	1	<p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p><b>Цели:</b> учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p><b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;</li> <li>- демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений</li> </ul> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;</li> <li>- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений;</li> <li>- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений</li> </ul> <p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики;</li> <li>- знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</li> </ul>	<p><b>Научатся:</b> <i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (20 мин.)</p>		
94	Низкий старт (30–40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег (передача эстафетой палочки) ОРУ. Специальные беговые упражнения. Инструктаж по ТБ. Развитие скоростных качеств.	Комбинированный	1	<p>Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке?</p> <p><b>Цели:</b> закрепить навыки построений и перестроений; развивать координацию движений в упражнениях утренней гимнастики</p>	<p><b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения передачи эстафетной палочки.</p> <p><b>Личностные:</b> Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию</p>	<p><b>Научатся:</b> бегать с максимальной скоростью (60 м) с низкого старта</p>	Текущий	
95	Низкий старт (30–40 м). Стартовый разгон.	Комбинированный	1	<p>Как бегать на короткую дистанцию с высокого и</p>	<p><b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки.</p>	<p><b>Научатся:</b> бегать с максимальной</p>	Текущий	

	Бег по дистанции (70–80 м). Эстафетный бег (круговая эстафета) ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила использования лёгкоатлетических упражнений для развития скоростных качеств.	нный		низкого старта? <b>Цели:</b> учить правильной технике бега с высокого и низкого старта	<b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения передачи эстафетной палочки. <b>Личностные:</b> Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию	скоростью (60 м)с низкого старта		
96 -- 97	Низкий старт (30–40 м). Бег по дистанции (70–80 м). Финиширование. Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	Комбинированный	2	Каковы правила выполнения эстафетного бега <b>Цели:</b> закрепить навык эстафетного бега	<b>Познавательные:</b> Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения передачи эстафетной палочки. <b>Личностные:</b> Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию	<b>Научатся:</b> бегать с максимальной скоростью (60 м)с низкого старта	Текущий ----- ----- Текущий	
98	Бег на результат (60 м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Учётный	1	Почему тестирование проводится два раза в год? <b>Цели:</b> закрепить навык развивать скорость в беге на 60 метров	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> Бегать 60м. с максимальной скоростью с низкого старта		
99	Прыжок в высоту с 11–13 беговых шагов. Отталкивание. Метание теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила	Комбинированный	1	Каковы организационные приемы прыжков? Корректировка техники бега. <b>Цели:</b> тестирование прыжка в высоту с разбега, совершенствование техники бега	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют	<b>Научатся:</b> - прыгать в высоту с разбега; метать мяч на дальность - проявят учебно-познавательный интерес к новому	Текущий	

	использование лёгкоатлетических упражнений для развития скоростно - силовых качеств.				дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	учебному материалу		
100	Прыжок в высоту с 11–13 беговых шагов. Подбор разбега. Отталкивание. Метание мяча (150 гр.) на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила использования лёгкоатлетических упражнений для развития скоростно - силовых качеств.	Комбинированный	1	Как приземляться в прыжковую яму на обе ноги? <b>Цели:</b> учить правильной технике прыжка в высоту с разбега, развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - прыгать в высоту с разбега; - метать мяч на дальность - проявят учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Текущий	
101	Прыжок в высоту с 11–13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча (150 гр.) на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Комбинированный	1	Каковы организационные приемы прыжков? Корректировка техники бега. <b>Цели:</b> тестирование прыжка в высоту с разбега, совершенствование техники бега	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> - прыгать в высоту с разбега; метать мяч на дальность - проявят учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Оценка метания мяча на дальность	
102	Прыжок в высоту с 11–13 беговых шагов. Метание мяча (150 гр.) на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Комбинированный	1	Как приземляться в прыжковую яму на обе ноги? <b>Цели:</b> учить правильной технике прыжка в высоту с разбега, развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Научатся:</b> - прыгать в высоту с разбега; метать мяч на дальность - проявят учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу		