

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

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
на заседании методического объединения учителей физической культуры, ОБЖ. Протокол № <u>1</u> от « <u>30</u> » <u>августа</u> 2019г.	Старший методист МБОУ «Ерзовская СШ имени Героя Советского Союза Гончарова П.А.» Городищенского района Волгоградской области В.Д. Гармакулина « <u>30</u> » <u>08</u> 2019 г.	Директор МБОУ «Ерзовская СШ имени Героя Советского Союза Гончарова П.А.» Городищенского района Волгоградской области В.В. Мединцов Приказ № <u>2560</u> от « <u>16</u> » <u>08</u> 2019 г.
Руководитель МО <u>Л.А. Мединцова</u>		

Адаптированная

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

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

Составитель: Мединцова Лилия Александровна
Учитель физической культуры

2019-2020 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Физическая культура» 6 класс

Адаптированная Рабочая программа по физической культуре — это комплексная программа, направленная на обеспечение коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей с задержкой психического развития и оказание помощи детям этой категории в освоении образовательной программы начального общего образования.

Категория обучающихся с задержкой психического развития — наиболее многочисленная среди детей с ОВЗ и неоднородная по составу группа школьников. Все обучающиеся с задержкой психического развития испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные недостаточными познавательными способностями (отмечаются нарушения внимания, памяти, в том числе, и двигательной, восприятия и др. познавательных процессов, умственной работоспособности), замедленным темпом либо неравномерным становлением познавательной деятельности, трудностями произвольной саморегуляции и самоконтроля, нарушениями в организации и целенаправленности деятельности или поведения, специфическими расстройством психологического развития (школьных навыков, речи и др.).

Достаточно часто у обучающихся отмечаются нарушения речевой и общей моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы. Обучаемость удовлетворительная, но часто избирательная и неустойчивая, зависящая от уровня сложности и субъективной - привлекательности вида деятельности, а также от актуального эмоционального состояния.

Данная рабочая программа по физической культуре для обучающихся с задержкой психического развития направлена на укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, формирование у них общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие их личности в соответствии с принятыми нравственными и социокультурными ценностями, овладение учебной деятельностью — усвоение определённых знаний по физической культуре и охране здоровья, двигательных умений и навыков, формирование приёмов деятельности, необходимых для коррекции недостатков развития детей, испытывающих трудности в процессе обучения.

Целью программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности, создание оптимальных условий для развития эмоционально - волевой, двигательной сфер. В процессе овладения двигательной деятельностью с общеразвивающей направленностью не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность, гармонизация личности ребенка с ЗПР посредством коррекционной ритмики.

Освоение физической культуры в школе направлено на реализацию следующих задач:

1. укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
2. совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

3. формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
4. развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
5. обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности;
6. осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с задержкой психического развития с учётом особенностей психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей детей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);
7. улучшение обще-эмоционального состояния детей; улучшение исполнения качества движений (развиваются выразительность, ритмичность, координация, плавность, серийная организация движений); знакомство родителей воспитанников с образцами классической музыки, в этом ключевое развитие понимания родителями важной роли классической музыки в полноценном развитии ребенка.

Коррекционные задачи физической культуры заключаются в формировании жизненных компетенций :

- исправление недостатков физического и психического развития посредством специальных упражнений;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение ребёнком основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации;
- формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью;
- овладение умениями включаться в занятия, дозировать физическую нагрузку.

Общая характеристика учебного предмета

Предмет «Адаптированная физическая культура» является основой физического воспитания, включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности и формирует физическую культуру личности.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность с общеразвивающей и коррекционной направленностью. В процессе овладения этой деятельностью корригируются психофизические качества, укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Система физического воспитания, объединяет урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, создаёт максимально благоприятные условия для раскрытия, развития и коррекции не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения, формирование физической культуры личности.

Физическая культура в классах для детей с задержкой психического развития ориентирована на создание благоприятных двигательно-игровых условий для самопроизвольной реализации детьми их естественного двигательного потенциала. Свободная двигательная активность позволяет ребёнку испытывать радость от физических упражнений; трансформирует их из чисто механических в реабилитационно - лечебные, освобождая от чувства тревожности, зажатости, страха.

Организация творческой деятельности учащихся на уроках физической культуры позволяет увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. Соблюдение принципов спортивно-творческой направленности для детей с задержкой психического развития создаёт основу «коррекционно-развивающей» и «развивающей» деятельности, обеспечивает широкий комплекс психолого-педагогических влияний на процессы развития, обучения и воспитания детей и формирует базу для физического совершенствования.

Важнейшим требованием проведения 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, соблюдения гигиенических норм.

Особенностью преподавания предмета:

- Адаптированная физическая культура для детей с задержкой психического развития, является направленность на реализацию принципа вариативности, дающего возможность подбирать содержание учебного материала в соответствии с психофизическими, возрастно-половыми особенностями учащихся.
- Работа по коррекции недостатков физического развития и двигательных способностей представляет собой сложный процесс, поэтому важной особенностью преподавания уроков физкультуры является использование системного подхода к применению разнообразных форм, средств, путей и методов физического воспитания, способов дозирования нагрузок, 3 индивидуальный и дифференцированный подходы, но имеющий единую целевую направленность на коррекцию и развитие двигательной сферы ребенка.
- Для усиления коррекционной направленности на двигательную сферу и повышение роли процесса физического воспитания в равностороннем, гармоничном развитии детей с задержкой психического развития (за счёт развития речи, мышления, познавательной активности) широко используется применение на уроках:
 - «Корректирующие упражнения»- (пальчиковая, дыхательная гимнастики; гимнастика для глаз; ритмические; использование фитболов);
 - «Коррекционные игры»- (музыкально – двигательные дидактические; познавательные; коммуникативные; игры с речевым сопровождением);
 - «Нестандартные приемы»- (хромотерапия., музыкотерапия, релаксация, психогимнастика и игротерапия).
- Организация творческой деятельности обучающихся на уроках физической культуры позволяет увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.
- Соблюдение принципов спортивно-творческой направленности для детей с задержкой психического развития, создаёт основу «коррекционно-развивающей» и «развивающей» деятельности, обеспечивает широкий комплекс психолого-педагогических влияний на процессы развития, обучения и воспитания детей и формирует базу для физического совершенствования.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. В сочетании с другими формами обучения физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Адаптированная Рабочая программа разработана в соответствии с «Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития» одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15), на основе авторской Рабочей программы по физической культуре Лях В. И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / В. И. Лях.- М.: Просвещение, 2014.- 64с.

Настоящая адаптированная рабочая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования;
- Учебника:

Лях В. И. Физическая культура. Методические рекомендации 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2014. – 143с.

С учетом целей и задач основной образовательной программы основного общего образования и отражает пути реализации содержания учебного предмета .

Рабочая программа разработана в соответствии с положением о рабочей программе учебных предметов , курсов основного общего образования.

Основная задача рабочей программы – обеспечить выполнение ФГОС и учебного плана по предмету.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности . Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью . В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. С учетом этих особенностей целью программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Формы образовательных технологий:

В основу программы положены технологии, ориентированные на формирование общекультурных компетенций обучающихся:

Фронтальный – упражнения выполняются одновременно всеми учащимися (игры, упражнения на осанку, построения перестроения) – используются при проведении строевых, обще развивающих упражнений в водной части урока.

Поточный - учащиеся выполняют одно и то же упражнение по очереди, один за другим, непрерывным потоком (лазание по гимнастической стенке, скамейке, прыжки в длину, бег).

Посменный – учащиеся распределяются на смены, на очереди для выполнения упражнений (метания, акробатические упражнения, лазанье).

Индивидуальный – используются в учетных уроках.

Групповой - каждая группа учащихся по заданию учителя занимается самостоятельно, выполняя в порядке очереди разные виды упражнений.

Формы и методы организации учебного процесса:

-словесные методы обучения (команда, указание, распоряжение, оценка, объяснение, беседа);

-наглядные методы (обычный показ упражнения, использование наглядных пособий, технических средств обучения, имитационный показ).

Виды организации учебной деятельности:

-урок - консультация;

-урок-экскурсия;

-урок-соревнование.

Содержание Учебно-методического комплекса по предмету

Планируемые результаты освоения предмета, курса

Программа обеспечивает достижение выпускниками начальной школы определенных личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;

- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

Требования к уровню подготовки учащихся

Планируемые образовательные результаты обучающихся с ЗПР на конец 3 класса:

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;
- особенностях русских народных игр;
- способах и особенностях движения и передвижений человека;
- терминологии разучиваемых упражнений;
- основах личной гигиены, правилах использования закаливания, рекомендациях по профилактике осанки и укреплению стопы;
- причинах травматизма на занятиях физкультурой и правилах его предупреждения;

научится:

- составлять и выполнять комплексы утренней зарядки и физкультминуток, упражнений на развитие координации, гибкости, на формирование правильной осанки;

- проводить самостоятельно закаливающие процедуры;
взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий физкультурой на уроке и во внеурочных мероприятиях .

Содержание предмета, курса:

- знания о физической культуре

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС).
Закаливание организма (обливание, душ).

Способы физкультурной деятельности

- Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств . Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений . Проведение элементарных соревнований.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Акробатические упражнения: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.

Легкая атлетика

Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах: одновременный двухшажный ход, чередование одновременного двухшажного с попеременным двухшажным .

Поворот переступанием.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Быстрый лыжник», «За мной».

На материале спортивных игр:

Футбол: удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись», «Передай мяч головой».

Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».

Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств .

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Тип урока	Кол-во часов	Решаемые проблемы	Планируемые результаты		Вид контроля	Дата
					универсальные учебные действия	предметные знания		
ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА (11ч)								
1	Высокий старт (15–30 м), стартовый разгон, бег по дистанции (40–50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты встречные. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Терминология спринтерского бега	Изучение нового материала	1	Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке? Цели: закрепить навыки построений и перестроений; развивать координацию движений в упражнениях утренней гимнастики	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Научатся: – соблюдать правила безопасного поведения в спортивном зале и на спортивной площадке; – выполнять команды «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; – организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	
2	Высокий старт (15–30 м). Бег по дистанции (40–50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов	Совершенствование	1	Какой должна быть спортивная форма для занятий на улице? Цели: учиться бегу в равномерном темпе по дистанции до 400 м; закрепить навык выполнения высокого и низкого старта, стартового ускорения	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: – равномерно распределять свои силы для завершения бега на короткие дистанции; – технически правильно выполнять высокий и низкий старт, стартовое ускорение.	Текущий	

					<i>Личностные:</i> проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу			
3	Высокий старт (15–30 м). Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений	Совершенство	1	Как бегать на короткую дистанцию с высокого и низкого старта? Цели: учить правильной технике бега с высокого и низкого старта, передаче эстафетной палочки	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: – характеризовать значение физической подготовки солдат в русской армии; – выполнять легкоатлетические упражнения – бег на 60 м с высокого и низкого старта	Текущий	
4	Высокий старт (15–30 м). Финиширование. Бег (3 x 50м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений	Совершенство	1	Почему тестирование проводится два раза в год? Цели: закрепить навык развивать скорость в беге на 30 метров	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: – выполнять упражнения для развития двигательных навыков; – технически правильно выполнять забеги на дистанцию 30 м	Текущий	
5	Бег (60 м) на результат.	Учётный	1	Почему тестирование	<i>Познавательные:</i> используют общие	Научатся:	Текущий	

	<p>Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Правила соревнований в спринтерском беге</p>			<p>проводится два раза в год? Цели: закрепить навык развивать скорость в беге на 60 метров</p>	<p>приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>– выполнять упражнения для развития двигательных навыков; – технически правильно выполнять забеги на дистанцию 60 м</p>		
6	<p>Прыжок в длину с 7–9 шагов. Подбор разбега, отталкивание. Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1×1) с 8–10 м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология прыжков в длину</p>	Изучение нового материала	1	<p>Каковы организационные приемы прыжков? Корректировка техники бега. Цели: тестирование прыжка в длину с разбега, совершенствование техники бега</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>Научатся: – технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; – технически правильно отталкиваться и приземляться</p>	Текущий	
7	<p>Прыжок в длину с 7–9 шагов. Приземление. Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие</p>	Комбинированной	1	<p>Как приземляться в прыжковую яму на обе ноги? Цели: учить правильной технике прыжка в длину с разбега, развивать внимание, ловкость при</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности Личностные: ориентируются на</p>	<p>Научатся: – соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма в прыжке в длину с разбега;</p>	Текущий	

	скоростно-силовых качеств. Терминология метания			выполнении игровых упражнений	принятие и освоение социальной роли обучающегося; раскрывают внутреннюю позицию школьника			
8	Прыжок в длину с 7–9 шагов. Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в прыжках	Совершенство	1	Какие упражнения включать в разминку перед метанием мяча? Цели: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом Как правильно выполнять основные движения в прыжках? Цели: учить выполнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: – организовывать и проводить подвижные игры; – выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	
9	Прыжок в длину с 7–9 шагов. Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метании	Учётный	1	Каковы организационные приемы прыжков? Цели: закрепить навык технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: – выполнять легкоатлетические упражнения (прыжки); – технически правильно отталкиваться и приземляться в прыжке в длину с разбега	Оценка техники прыжка в длину и метание мяча в цель	
10	Бег (1000м). Бег по дистанции. Подвижные игры "Невод", "Круговая	Изучение нового материал	1	Корректировка техники бега. Цели: закрепить навык бега на дистанции 1000 м	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	Научатся: – выполнять легкоатлетические	Текущий	

	эстафета". Развитие выносливости.	а			<p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности</p>	упражнения (бег в медленном темпе); – равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега		
1 1- 1 2	Равномерный бег (14 мин). Бег в гору. Преодоление препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Совершенство	2	Корректировка техники бега. Цели: закрепить навык бега на дистанции 1000 м	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности</p>	<p>Научатся: – выполнять легкоатлетические упражнения (бег в медленном темпе); – равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега</p>	Текущий	
1 3	Равномерный бег (14 мин). Бег в гору. Преодоление препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Изучение нового материала	1	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;</p> <p>Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений</p> <p>Личностные: давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению</p>	<p>Научатся: Бегать в равномерном темпе (до 20 ми.)</p>	Текущий	

					лёгкой атлетики; знать основные морально-этические нормы.			
1 4	Равномерный бег (15 мин). Бег под гору. Бег в гору. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Комбинированной	1	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений Личностные: давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики; знать основные морально-этические нормы.	Научатся: Бегать в равномерном темпе (до 20 ми.)	Текущий	
1 5	Равномерный бег (16 мин). Бег под гору. Бег в гору. Спортивные игры «Лапта». Развитие выносливости	Комбинированной	1	Корректировка техники бега. Цели: закрепить навык бега на длинные дистанции	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений Личностные: давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики; знать основные морально-этические нормы.	Научатся: Бегать в равномерном темпе (до 20 ми.)	Текущий	

1 6	Равномерный бег (16 мин). Бег под гору. Бег в гору. Спортивные игры «Лапта». Развитие выносливости	Комбинированный	1	<p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p>Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;</p> <p>- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;</p> <p>- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений</p> <p>Личностные:</p> <p>давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетике; знать основные морально-этические нормы.</p>	Научатся: Бегать в равномерном темпе (до 20 ми.)	Текущий	
1 7	Равномерный бег (17 мин). Бег по песку. Преодоление препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Комбинированный	1	<p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p>Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;</p> <p>- активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;</p> <p>- участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений</p> <p>Личностные:</p> <p>давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетике; знать основные морально-этические нормы.</p>	Научатся: Бегать в равномерном темпе (до 20 ми.)	Текущий	
1 8	Равномерный бег (18 мин). Бег по пересечен-	Комбинированный	1	<p>Как работать над распределением сил на</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических</p>	Научатся: Бегать в	Текущий	

	ной местности. Преодоление препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	й		дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время	действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений Личностные: давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетике; знать основные морально-этические нормы.	равномерном темпе (до 20 ми.)		
1 9	Равномерный бег (18 мин). Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Комбинированный	1	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений Личностные: давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетике; знать основные морально-этические нормы.	Научатся: Бегать в равномерном темпе (до 20 ми.)	Текущий	
2 0	Бег (2000м.). Развитие выносливости.	Совершенствование	1	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс	Научатся: Бегать в равномерном темпе (до 20 ми.)	Текущий	

				в равномерном темпе длительное время	<p>выполнения заданий по лёгкой атлетике;</p> <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений <p>Личностные:</p> <p>давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики; знать основные морально-этические нормы.</p>			
2 1- 2 2	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. ОРУ на месте без предметов. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Эстафеты. Развитие силовых способностей	Учётный	1	<p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p>Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений <p>Личностные:</p> <p>давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики; знать основные морально-этические нормы.</p>	Научатся: Бегать в равномерном темпе (до 20 ми.)	Бег 2 км. без учёта времени.	
2 3	Строевой шаг, размыкание и смыкание	Изучение нового	1	Правила безопасности в зале с инвентарем и на	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;	Научатся: – творчески	Текущий	

	на месте. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Эстафеты. ОРУ с гимнастической палкой. Развитие силовых способностей	материала		гимнастических снарядах. Цели: учить выполнять общеразвивающие упражнения с предметами (гимнастические скамейки и стенка)	- активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.	подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата		
2 4	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. ОРУ на месте без предметов. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). ОРУ с гимнастической палкой. Развитие силовых способностей	Комплексный	1	Правила безопасного выполнения упражнений на гимнастической перекладине. Цели: учить выполнять перемах из вися стоя на низкой перекладине	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.	Научатся: Выполнять строевые упражнения, висы	Текущий	

2 5	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. ОРУ на месте без предметов. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). ОРУ с гимнастической палкой. Развитие силовых способностей	Комплексный	1	Какова этапность при обучении перемахам на перекладине? Цели: учить выполнять серию упражнений на перекладине: из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед на ноги	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.	Научатся: Выполнять строевые упражнения, висы	Текущий	
2 6	Выполнение на технику. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в висе. Развитие силовых способностей	Комплексный	1	Правила безопасного выполнения упражнений на гимнастической перекладине. Цели: учить выполнять подъем переворотом	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к	Научатся: Выполнять строевые упражнения, висы	Текущий	

					занятиям гимнастикой с основами акробатики.			
2 7	Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100–110 см). ОРУ в движении. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. ОРУ без предметов. Развитие скоростно-силовых способностей	Комплексный	1	Правила безопасного выполнения упражнений на гимнастической перекладине. Цели: учить выполнять подъем переворотом	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.	Научатся: Выполнять строевые упражнения, висы	Текущий	
2 8	Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100–110 см). ОРУ без предметов. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	Учетный	1	Правила безопасного выполнения упражнений на гимнастической перекладине. Цели: закрепить выполнять подъем переворотом	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия	Научатся: Выполнять строевые упражнения, висы	Оценка техники выполнения висов. Подтягивание в висе: М.: «5» - 6 раз «4» - 4 раз «3» - 1 раз Д.: «5» - 19 раз «4» - 14 раз «3» - 4 раз	

					гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.			
29	Прыжок ноги врозь (<i>козел в ширину, высота 100–110 см</i>). ОРУ с обручем. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	Изучение нового материала	1	Прыжки через гимнастического козла различными способами. Цели: учить прыжкам через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком) гимнастический мостик прыжок ноги врозь	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.	Научатся: Выполнять строевые упражнения, опорный прыжок	Текущий	
30	Прыжок ноги врозь (<i>козел в ширину, высота 100–110 см</i>). ОРУ в движении. Эстафеты. Выполнение комплекса упражнений с обручем. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	Комплексный	1	Прыжки через гимнастического козла различными способами. Цели: учить прыжкам через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком) гимнастический мостик прыжок ноги врозь	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций.	Научатся: Выполнять строевые упражнения, опорный прыжок	Текущий	

					<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивационная основа на занятия гимнастикой; - учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. 			
3 1	Прыжок ноги врозь (<i>козел в ширину, высота 100–110 см</i>). ОРУ с обручем. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	Комплексный	1	<p>Прыжки через гимнастического козла различными способами.</p> <p>Цели: учить прыжкам через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок ноги врозь)</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. <p>Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог;</p> <ul style="list-style-type: none"> - участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивационная основа на занятия гимнастикой; - учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. 	<p>Научатся:</p> <p>Выполнять строевые упражнения, опорный прыжок</p>	Текущий	
3 2	Выполнение прыжка ноги врозь (<i>на оценку</i>). Выполнение комплекса ОРУ с обручем (<i>5–6 упражнений</i>). Развитие скоростно-силовых способностей	Комплексный	1	<p>Прыжки через гимнастического козла различными способами.</p> <p>Цели: учить прыжкам через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок ноги врозь)</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. <p>Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог;</p> <ul style="list-style-type: none"> - участвовать в коллективном 	<p>Научатся:</p> <p>Выполнять строевые упражнения, опорный прыжок</p>	Текущий	

					<p>обсуждении акробатических комбинаций.</p> <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивационная основа на занятия гимнастикой; - учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. 			
3 3	<p>Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках – выполнение комбинации. Два кувырка вперед слитно. ОРУ с мячом. Развитие координационных способностей</p>	Комплексный	1	<p>Прыжки через гимнастического козла различными способами.</p> <p>Цели: закрепить прыжки через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок ноги врозь</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. <p>Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог;</p> <ul style="list-style-type: none"> - участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивационная основа на занятия гимнастикой; - учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. 	<p>Научатся:</p> <p>Выполнять строевые упражнения, опорный прыжок</p>	Текущий	
3 4	<p>Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных</p>	Учетный	1	<p>Прыжки через гимнастического козла различными способами.</p> <p>Цели: закрепить прыжки через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок ноги врозь</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. <p>Коммуникативные: - уметь слушать и</p>	<p>Научатся:</p> <p>выполнять комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения</p>	Оценка техники опорного прыжка	

	способностей				<p>вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.</p>			
3 5	<p>Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей</p>	Изучение нового материала	1	<p>Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики? Цели: учить выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым методом</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выразить творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.</p>	<p>Научатся: Выполнять кувырки, стойку на лопатках</p>	Текущий	
3 6	<p>Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). Комбинация из разученных приемов. Комбинация</p>	Комплексный	1	<p>Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики? Цели: учить выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым методом</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выразить творческое отношение к выполнению комплексов</p>	<p>Научатся: Выполнять кувырки, стойку на лопатках</p>	Текущий	

	ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей				<p>общеразвивающих упражнений.</p> <p>Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог;</p> <p>-участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций.</p> <p>Личностные:</p> <p>- мотивационная основа на занятия гимнастикой;</p> <p>-учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.</p>			
3 7	Выполнение комбинации из разученных элементов. Выполнение комбинации ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей	Комплексный	1	<p>Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики?</p> <p>Цели: учить выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым методом</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;</p> <p>- активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики;</p> <p>- выразить творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.</p> <p>Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог;</p> <p>-участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций.</p> <p>Личностные:</p> <p>- мотивационная основа на занятия гимнастикой;</p> <p>-учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.</p>	Научатся: Выполнять кувырки, стойку на лопатках	Текущий	
3 8	Выполнение двух кувырок вперед слитно. ОРУ с предметами. Лазание по канату в три приема	Комплексный	1	<p>Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики?</p> <p>Цели: учить выполнять упражнения фронтальным,</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;</p> <p>- активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики;</p>	Научатся: Выполнять кувырки, стойку на лопатках	Текущий	

	на расстояние. Развитие координационных способностей			поточным и групповым методом	- выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.			
3 9	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой . Приём мяча снизу двумя руками в парах. Игра по упрощенным правилам. Техника безопасности.	Комплексный	1	Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики? Цели: учить выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым методом	. Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.	Научатся: Выполнять кувырки, стойку на лопатках	Текущий	
4 0	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча	Учетный	1	Каковы правила выполнения упражнений акробатики и	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных действий;	Научатся: выполнять кувырки,	Оценка техники	

	<p>сверху двумя руками в парах и над собой . Приём мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам. Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни</p>			<p>гимнастики? Цели: закрепить лазание по канату</p>	<p>- активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Коммуникативные: - уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Личностные: - мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.</p>	<p>стойку на лопатках</p>	<p>выполнения кувырков, стойки на лопатках.</p>	
4 1- 4 2	<p>Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону и через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам</p>	<p>Совершенство нствован ия</p>	2	<p>Передача мяча через сетку Цели: учить передаче мяча через сетку во встречных колоннах.</p>	<p>Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия</p>	<p>Текущий</p>	
4 3	<p>Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах, тройках через зону и в зоне, через</p>	<p>Совершенство нствован ия</p>	1	<p>Передача мяча через сетку Цели: учить передаче мяча через сетку во встречных колоннах</p>	<p>Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют</p>	<p>Научатся: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические</p>	<p>Текущий. Оценка техники выполнения</p>	

	сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам				речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	действия	стойки и передвижения	
4 4	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам	Комплексный	1	Передача мяча через сетку Цели: учить верхней передаче мяча в парах в зоне и через зону	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия	Текущий	
4 5	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам	Комплексный	1	Прямой нападающий удар Цели: учить верхней передаче мяча в парах в зоне и через зону	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия	Текущий	
4	Стойки и передвижения	Комплек	1	Комбинации из разученных	Познавательные: определяют, где	Научатся: играть в	Оценка	

6	игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам	сный		элементов Цели: учить верхней передаче мяча в парах в зоне и через зону	применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия	техники передачи мяча двумя руками сверху. Текущий	
4 7	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам	Комплексный	1	Комбинации из разученных элементов Цели: учить верхней передаче мяча в парах в зоне и через зону	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся:: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия	Текущий	
4 8 -- 4 9	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после	Комплексный	2	Комбинации из разученных элементов Цели: учить игре по упрощенным правилам	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют	Научатся: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия	Оценка техники приёма мяча снизу двумя руками	

	<p>подачи. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам</p>				<p>речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата</p>		Текущий	
5 0	<p>Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя рукам после подачи. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Позиционное нападение (6–0). Игра по упрощенным правилам</p>	Комплексный	1	<p>Комбинации из разученных элементов</p> <p>Цели: Учить нападающему удару после передаче; учить игре по упрощенным правилам</p>	<p>Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия</p>	Оценка техники нижней прямой подачи.	
5 1	<p>Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах, тройках через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.</p>	Изучение нового материала	1	<p>Комбинации из разученных элементов</p> <p>Цели:</p>	<p>Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре.</p>	Текущий	

	Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам				Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата			
5 2	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне и через зону. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам	Комплексный	1	Комбинации из разученных элементов Цели: Цели: учить игре по упрощенным правилам	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре.	Оценка техники приема мяча двумя руками снизу в парах	
5 3	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой.	Комплексный	1	Комбинации из разученных элементов Цели: учить игре по	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять	Текущий	

	Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам			упрощённым правилам	и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	правильно технические действия в игре.		
5 4	Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне и через зону. Прием мяча снизу двумя руками в парах и после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам	Комплексный	1	Комбинации из разученных элементов Цели: Цели: учить игре по упрощённым правилам	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре.	Текущий	
5	Комбинация из	Комплек	2	Комбинации из разученных	Познавательные: определяют, где	Научатся: играть в	Текущий	

5 -- 5 6	<p>разученных элементов передвижений (<i>перемещения в стойке, остановки, ускорения</i>). Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам</p>	сный		<p>элементов</p> <p>Цели: Учить игре по упрощённым правилам в баскетбол</p>	<p>применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата</p>	баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы		
5 7	<p>Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке на месте. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол</p>	Комплексный	1	<p>Комбинации из разученных элементов</p> <p>Цели: Учить игре по упрощённым правилам в баскетбол</p>	<p>Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы</p>	Оценка техники нижней прямой подачи мячи	
5 8	<p>Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в</p>	Комплексный	2	<p>Комбинации из разученных элементов</p>	<p>Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом;</p>	<p>Научатся: играть в баскетбол</p>	Текущий	

5 9	средней стойке на месте. Остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол	Комплексный		Цели: Учить игре по упрощённым правилам в баскетбол	самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	по упрощенным правилам; выполнять технические приемы ----- Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам;	----- Текущий	
6 0 -- 6 1	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол	Изучение нового материала	2		Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре	Текущий Текущий	
6 2	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в низкой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча	Изучение нового материала	1	Какие действия на уроке могут привести к травмам? Цели: учить быстрому движению при передаче и ловле баскетбольного	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические	Текущий	

	на месте. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей			мяча; закрепить навык ведения мяча правой (левой) рукой в движении	<i>Личностные:</i> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	действия в игре		
6 3	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча в низкой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	комплексный	1	Как осуществлять личную защиту? Цели: закрепить навык личной защиты	<i>Познавательные:</i> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре.	Оценка техники ведения мяча с изменением направления	
6 4	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Игра (2 × 2, 3 × 3). Развитие координационных способностей. Терми-	комплексный	1	Как выполнять сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Цели: закрепить ведение мяча с сопротивлением на месте; бросок двумя руками от головы; передачу мяча одной рукой от плеча на месте.	<i>Познавательные:</i> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре.	Текущий	

	нология баскетбола.							
6 5	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивлением. Игра (2 × 2, 3 × 3). Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола	Комплексный	1	Как выполнять сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Цели: закрепить ведение мяча с сопротивлением на месте; бросок одной рукой от плеча; передачу мяча одной рукой от груди в движении парами.	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре.	Текущий	
							Оценка техники броска снизу в движении	
							Текущий	
6 6	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивлением. Игра (2 × 2, 3 × 3). Развитие координационных способностей	Изучение нового материала	1	Как выполнять сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Цели: закрепить ведение мяча с сопротивлением на месте; передача двумя руками от груди; передачу мяча одной рукой от плеча на месте.	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре	Текущий	
6 7	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с	Совершенствован	3	Как выполнять сочетание приемов передвижений и	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом;	Научатся: играть в баскетбол по	Текущий	

6 8	разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча одной рукой от плеча в парах на месте и в движении. Игра (2 × 2, 3 × 3). Развитие координационных способностей	Совершенство		остановок игрока. Цели: закрепить ведение мяча с сопротивлением на месте; бросок одной рукой от плеча; передачу мяча одной рукой от груди в движении парами.	самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре	Текущий	
7 0 7 1	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча. Передача мяча двумя руками от головы в парах. Игра (2 × 2, 3 × 3). Развитие координационных способностей	Совершенство	2	Как выполнять игровые задания Цели: 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).	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре.	Оценка техники броска одной рукой от плеча с места.	
7 2	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча. Передача мяча двумя	Изучение нового материала.	1	Как выполнять игровые задания Цели: закрепить ведение мяча с сопротивлением; бросок одной рукой от плеча с места; передачу мяча одной рукой от плеча в тройках; игровые задания	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре.	Текущий	

	руками от головы в парах на месте и в движении. Сочетание приемов ведения, остановки, броска. Игра (2 × 2, 3 × 3). Развитие координационных способностей			(2 × 2, 3 × 3).				
7 3 -- 7 4 -- 7 5 -- 7 6	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча правой (левой) рукой. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении. Позиционное нападение (5 : 0). Развитие координационных способностей	Комплек сный Комплек сный ----- Комплек сный Комплек сный	4	Как выполнять сочетание приемов ведения, передачи, броска. Цели: закрепить штрафной бросок; позиционное нападение со сменой места.	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре.	Текущий. Оценка техники броска мяча одной рукой от плеча в движении	
7 7	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой	Комплек сный	2	Как выполнять сочетание приемов ведения, передачи, броска. Цели: закрепить штрафной бросок; позиционное нападение со сменой места.	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре.	Текущий	

7 8	места. Позиционное нападение через заслон. Развитие координационных способностей							
7 9 -- 8 0	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Позиционное нападение через заслон. Развитие координационных способностей	Комплексный	2	<p>Как выполнять сочетание приемов ведения, передачи, броска.</p> <p>Цели: закрепить штрафной бросок; позиционное нападение со сменой места.</p>	<p>Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата</p>		Научатся: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические действия в игре.	
8 1	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок двумя руками от головы после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Нападение быстрым прорывом (2 × 1). Развитие	Изучение нового материала	1	<p>Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке?</p> <p>Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений; - взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых 		Научатся: бегать в равномерном темпе (до 20 мин)	Текущий

	координационных способностей				упражнений Личностные: - давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики; - знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
8 2 -- 8 3	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок двумя руками от головы после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Нападение быстрым прорывом (2 × 1). Развитие координационных способностей	комбинированный	2	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений Коммуникативные: - 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 Личностные: - давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики; - знать основные морально-этические нормы. договариваются и приходят к общему	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 20 мин)	Текущий	

					решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
8 4	Равномерный бег (15 мин). Бег в гору. Преодоление препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости. Терминология кроссового бега	комбинированный	1	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений Коммуникативные: - 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 Личностные: - 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.	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 20 мин)	Текущий	
8 5 8 6	Равномерный бег (16 мин). Бег в гору. Преодоление препятствий. Спортивная игра	комбинированный	2	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время	Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 20 мин)	Текущий	

	«Лапта». Развитие выносливости				<p>выполнение беговых упражнений</p> <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики; - знать основные морально-этические нормы. <p>договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>			
8 7	Равномерный бег (17 мин). Бег под гору. Преодоление препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	комбинированной	1	<p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p>Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений; - взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых 	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 20 мин)	Текущий	

					<p>упражнений</p> <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики; - знать основные морально-этические нормы. <p>договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>			
8 8 -- 8 9	<p>Равномерный бег по пересеченной местности (18 мин).</p> <p>Преодоление препятствий.</p> <p>Спортивная игра «Лапта».</p> <p>Развитие выносливости</p>	комбинированный	2	<p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p>Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p>Познавательные: - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики; - знать основные морально-этические нормы. <p>договариваются и приходят к общему</p>	<p>Научатся: бегать в равномерном темпе (до 20 мин)</p>	Текущий	

					решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
9 0 -- 9 1	Равномерный бег по пересеченной местности (19 мин). Преодоление препятствий. Спортивная игра «Лапта». Развитие выносливости	Комбинированный	2	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время	Познавательные: Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. Коммуникативные: Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения передачи эстафетной палочки. Личностные: Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 20 мин)	Текущий	
9 2	Бег (2000 м). Развитие выносливости	Комбинированный	1		Познавательные: Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. Коммуникативные: Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения передачи эстафетной палочки. Личностные: Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 20 мин)	Текущий	
9 3	Высокий старт (15–30 м). Стартовый разгон, бег по дистанции (40–50 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Встречные эстафеты. Развитие скоростных	Учётный	1		Познавательные: Демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. Коммуникативные: Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения передачи эстафетной палочки. Личностные: Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 20 мин)	Бег 2 км без учёта времени	

	качеств. Инструктаж по ТБ. Определение результатов в спринтерском беге				саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию			
9 4- 9 5	Бег (1000м). Бег по дистанции. Подвижные игры "Невод", "Круговая эстафета". Развитие выносливости.	Изучение нового материала	2	<p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p>Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время</p> <p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p>Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Научатся: бегать на дистанцию 1000м.</p> <hr/> <p>Научатся: бегать на дистанцию 1000м. (на результат)</p>	Текущий	Текущий
9 6	Высокий старт (15–30 м). Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств	комбинированной	1	<p>Как работать над распределением сил на дистанции?</p> <p>Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Уметь: бегать с максимальной скоростью (60 м) с низкого старта</p>	Текущий	
9 7	Бег (60 м) на результат.	комбинированной		Почему тестирование	Познавательные: используют общие	Научатся: бегать с максимальной	Контр.тест бег 60м:	

	Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств	й		проводится два раза в год? Цели: закрепить навык развивать скорость в беге на 60 метров	приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	скоростью (60 м) с низкого старта	м.: «5» – 10,2 с.; «4» – 10,8 с. «3» – 11,4с.; д.: «5» – 10,4 с. «4» – 10,9с. «3» – 11,6 с.	
9 8	Прыжок в высоту с 7–9 шагов разбега способом «перешагивание». Метание теннисного мяча с 3–5 шагов на заданное расстояние. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований по прыжкам в высоту	Совершенство вания	1	Почему тестирование проводится два раза в год? Цели: закрепить навык развивать скорость в беге на 60 метров	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: бегать с максимальной скоростью (60 м) с низкого старта	Текущий	
9 9	Прыжок в высоту с 7–9 шагов разбега способом «перешагивание». Переход через планку. Метание теннисного мяча с 3–5 шагов на дальность. ОРУ.	Совершенство вания	1		Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: используют речь	Научатся: бегать с максимальной скоростью (60 м) с низкого старта	Текущий	

	Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метании мяча				для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
1 0 0	Прыжок в высоту с 7–9 шагов разбега способом «перешагивание». Приземление. Метание теннисного мяча с 3–5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств	учётный	1		Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: бегать с максимальной скоростью (60 м) с низкого старта	Текущий	
1 0 1 -- 1 0 2	Прыжок в высоту с 7–9 шагов разбега способом «перешагивание». Метание теннисного мяча с 3–5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств	учётный	2		Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,	Научатся: бегать с максимальной скоростью (60 м) с низкого старта	Текущий	

				трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
--	--	--	--	---	--	--	--