

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №308 Центрального района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом ГБОУ школы № 308 Центрального района Санкт-Петербурга
Протокол № 01 от 31.08.2017

УТВЕРЖДАЮ
Приказ от 31.08.17 № 125-0
Директор школы И.В.Микляева



Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 5 класса

Срок реализации программы: 2017-2018 учебный год

Автор-разработчик Кухарева А.В.

Санкт-Петербург
2017 год

Пояснительная записка.

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями ФГОС НОО, основана на программе по предметной линии учебников В.И. Ляха и обеспечена учебником для обще-образовательных учреждений «Физическая культура. 5-9 классы» (М.: Просвещение).

Физическая культура - это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Учебный предмет «Физическая культура», является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения, физкультурно - оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутка, зарядка и т. п.) и второй половины дня (гимнастика, подвижные игры), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции, группы ОФП), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья, спортивные праздники, походы и т. п.) - 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.

На курс «Физическая культура» в 5 и 6 классе отводится 102 ч (3 ч/нед). Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки России от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

Учебно-методический комплект:

Библиотечный фонд

- стандарт начального общего образования по физической культуре;
- примерные программы по учебному предмету «Физическая культура» (5-9 классы);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;
- методические издания по физической культуре для учителей.

Демонстрационный материал:

- таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности;

• плакаты методические;

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;
 - мостик гимнастический;
 - скамейки гимнастические;
 - палки гимнастические;
 - скакалки гимнастические;
 - обручи гимнастические;
 - маты гимнастические;
 - мячи набивные (1 кг);
 - мячи большие (резиновые, баскетбольные, волейбольные, футбольные);
 - планка для прыжков в высоту;
 - стойки для прыжков в высоту;
 - рулетки измерительные (10 м, 50 м);
 - щиты с баскетбольными кольцами;
 - стойки волейбольные;
 - стойки с баскетбольными кольцами;
- сетка волейбольная;

- конусы;

футбольные ворота;

- аптечка медицинская.

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений 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 ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия, в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата, общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, 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 ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры ит. д.);

Содержание учебного предмета, курса.

Распределение учебных часов по разделам программы.

Количество часов, отводимых на изучение каждой темы, приведено в таблице.

тема	Кол-во часов
------	--------------

обж	6
Гимнастика с элементами акробатики	12
Легкая атлетика	27
Гандбол	9
баскетбол	18
волейбол	30
Общее количество часов	102

- По разделу ЛА: пробегать 30 и 60 м на время, выполнять челночный бег, метать мешочек на дальность и мяч на точность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием, проходить полосу препятствий, метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10—12 м) с использованием четырехшажного варианта бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч и мяч 150 г с места и с трех шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10—15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10—12 м.
- В спортивных играх: играть в спортивные игры (по упрощенным правилам).
- Способы физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений.
- Способы спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырехборью: бег 60 м, прыжок в длину или в высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта.
- по разделу ОБЖ, знать технику безопасности, применение пмп, знания как вести себя в ЧС Правила поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.
- по разделу «Гимнастика с элементами акробатики» - выполнять строевые упражнения, наклон вперед из положения сидя и стоя, различные варианты висов, , кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, стойку на голове, на руках, на лопатках, мост, , опорный прыжок, проходить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, крутить обруч, напрыгивать на гимнастический мостик, выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами, направленные на развитие гибкости и координации движений, на матах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;

Поурочно тематическое планирование по физической культуре
5 класс

№ урока	Тема урока	кол-во часов	тип/форма урока	освоение предметных знаний	ууд	виды и формы контроля	примечание
Легкая атлетика – 12 часов							
1	Правила безопасности на уроках л/а. Требования к одежде и обуви на уроках физкультуры. Высокий старт.		1 Комбинированный	Инструктаж по правилам безопасности на уроках л/а. История л/а. Высокий старт. Бег с ускорением от 10 до 15 м. Подвижные игры: «Гонки с преследованием», «День и ночь».	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать об правилах безопасности на уроках л/а, выполнять высокий старт, играть в подвижные игры «День и ночь» и т.д.	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать правила безопасности при занятиях легкой атлетикой, историю легкой атлетики, требования к одежде и обуви на уроках, технику высокого старта, правила подвижных игр «Гонки с преследованием» и «День и ночь».
2	Техника высокого старта. Стартовый разгон. Тест - челночный бег 4х9м. Подвижные игры		1 Комбинированный	Высокий старт. Бег с ускорением от 30 до 40 метров. Эстафеты, старты из различных положений. Тест - челночный бег 4х9м. Подвижные игры	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 4х9 м. с высокого старта, играть в подвижную игру.	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику бега на короткую дистанцию, правила проведения челночного бега 4х9 м с высокого старта, правила подвижных игр
3	Техника прыжка длину с 7-9 шагов разбега. Стартовый разгон. Тест - прыжок в длину с места по результ.		1 Комбинированный	Эстафеты, старты из различных исходных положений, бег с ускорением, с максимальной скоростью. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. Тест - прыжок в длину с места из результат.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику прыжка в длину с разбега, правила проведения тестирования прыжка в длину с места.

					<p><i>Результативные:</i> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять по образцу и заданному правилу.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять прыжок в длину с разбега, проходить тестирование прыжка в длину с места.</p>	
4	Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Высокий старт. Контроль техники высокого старта.	Комбинированный	Высокий старт. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. Эстафеты, старты из различных исходных положений, бег с ускорением, с максимальной скоростью до 40 метров.	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Результативные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> Выполнять высокий старт, прыжок в длину с разбега.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать правила проведения тестирования техники высокого старта, технику прыжка в длину с разбега.
5	Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Бег на время 60 м.	Комбинированный	Бег на результат 60м. Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега.	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Результативные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега 60 м с высокого старта, выполнять прыжок в длину с разбега.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, технику прыжка в длину с разбега.

6	Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега; метание малого мяча. Тест – подтягивание на перекладине из положения вис (м), сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (д).	1	Комбинированный	Прыжок в длину с 7 – 9 шагов разбега. Метание в цель и на дальность ринных снарядов. Эстафеты. Игры. Тест – подтягивание на перекладине из положения вис (м); сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (д).	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: адекватно ловить оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подтягивания на перекладине, сгибания и разгибания рук в упоре лежа от пола, выполнять прыжок в длину с разбега, метание малого мяча.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать правила проведения тестирования подтягивания на перекладине, сгибания и разгибания рук в упоре лежа от пола, технику метания малого мяча с места, прыжка в длину с разбега.
7	Самоконтроль. Техника метания малого мяча в коридор 5-6 м в горизонтальную цель (1х1м). Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. Тест – поднимание туловища за 30 сек. из положения лежа на спине.	1	Комбинированный	Самоконтроль. Метание малого мяча в коридор 5-6 м в горизонтальную цель (1х1м). Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. Поднимание из рыв на местности. Тест – поднимание туловища за 30 сек. из положения лежа на спине.	<p>Коммуникативные: уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование поднимания туловища за 30 сек. из положения лежа на спине, выполнять метание малого мяча в цель, прыжок в длину с разбега, осуществлять самоконтроль.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать правила проведения тестирования поднимания туловища за 30 сек. из положения лежа на спине; правила самоконтроля; технику метания малого мяча в горизонтальную цель; технику прыжка в длину с разбега.
8	Техника метания малого мяча. Прыжок в длину с разбега на результат.	1		Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега на результат. Метание малого мяча с места в коридор 5-6 м в горизонтальную цель (1х1м). Бег в равномерном темпе до 5 мин.	Коммуникативные: представить конкретное содержание и сформулировать его в устной форме.	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега; технику метания малого мяча в коридор 5-6 м в горизонтальную цель (1х1); технику бега на длинную дистанцию.

					<p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с разбега, выполнять метание малого мяча в цель, бег на длинную дистанцию.</p>	
9	Техника метания малого мяча в цель и на дальность с 3-х шагов разбега.	1	Комбинированный	<p>Метание в цель и на дальность малого мяча. Равномерный бег 1500м. Подвижная игра на местности «Борьба за флаг».</p> <p>Регулятивные: формировать умение видеть уязвимую ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p> <p>Познавательные: выполнять метание малого мяча на дальность, играть в подвижную игру «Борьба за флаг», пробегать длинную дистанцию.</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p>	<p>Знать технику метания малого мяча на дальность, правила подвижной игры «Борьба за флаг»; технику бега на длинную дистанцию.</p>
10	Техника длительного бега. Метание малого мяча на результат.	1	Комбинированный	<p>Метание малого мяча на результат. Бег в равномерном темпе 1500м. Подвижная игра на местности «Борьба за флаг».</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p>	<p>Знать технику бега на длинную дистанцию и ее отличительные признаки от техники бега на короткую дистанцию, правила подвижной игры «Борьба за флаг», правила проведения тестирования метания малого мяча на дальность.</p>

					<p>Познавательные: выполнять метание малого мяча на дальность, играть в подвижную игру «Борьба за флаг», пробегать длинную дистанцию.</p>		
11	Бег 1000 м 6у времени		Комбинированный	Бег 1000 м 6у времени. Подвижная игра на местности «Борьба за флаг».	<p>Коммуникативные: содействовать сверстникам в достижении цели, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Результативные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: играть в подвижную игру «Борьба за флаг», пробегать длинную дистанцию.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику бега на длинную дистанцию и ее отличительные признаки от техники бега на короткую дистанцию, правила подвижной игры «Борьба за флаг».
12	<p>Обработка заложностей по ла.</p> <p>Подвижные игры и эстафеты.</p>		Комбинированный	Игры, эстафеты с использованием легкоатлетического инвентаря. Подвижные игры на местности.	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Результативные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: играть в подвижную игру «Борьба за флаг», пробегать длинную дистанцию.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать правила и условия проведения эстафет и подвижных игр.

13	Техника безопасности на уроках баскетбола. Краткая характеристика вида спорта. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.		Комбинированный	Инструкция по технике безопасности на уроках баскетбола. Основные правила игры. История возникновения вида спорта. Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Эстафеты. Подвижная игра «Салки с мячом».	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений.</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять стойку игрока, перемещения в стойке, эстафеты с элементами спортивных игр, играть в подвижную игру.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать требования инструкций по технике безопасности на уроках баскетбола, историю развития баскетбола, правила игры, технику передвижений в стойке игрока, правила выполнения эстафет и подвижной игры.
14	Техника ведения мяча. Повороты на месте без мяча и с мячом.		Комбинированный	Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Ведение мяча на месте и в движении в низкой, средней и высокой стойке. Эстафеты. Подвижная игра «Салки с ведением мяча».	<p>Коммуникативные: использовать и излагать кратко изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять ведение мяча в различных стойках; эстафеты с элементами спортивных игр, играть в подвижную игру.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику ведения мяча на месте и в движении в различных стойках, правила выполнения эстафет и подвижной игры.

15	Техника передачи и ловли мяча. Ведение мяча.		Комбинированный	Сетивка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении. Ведение мяча на месте и в движении в низкой, средней и высокой стойке. Игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формировать познавательную деятельность, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять контроль.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять ведение мяча в различных стойках; эстафеты с элементами спортивных игр, передачу и ловлю мяча на месте и в движении, играть в мини-баскетбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику ведения мяча, передачи и ловли мяча от груди двумя руками и одной рукой от плеча на месте и в движении; правила игры в мини-баскетбол.
16	Индивидуальная техника защиты. Контроль техники ведения мяча в движении.		Комбинированный	Вырывание и забивание мяча. Повороты с мячом. Комбинация из освоенных элементов ловли, передача, ведение. Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выходи». Игровое упражнение 2х1. Игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Результативные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять вырывание и забивание мяча, учет техники поворотов с мячом; комбинации из освоенных элементов ловли, передачи и ведения мяча; взаимодействие двух игроков в управлении 2х1; правила игры в мини-баскетбол.

					<p>Познавательные: уметь выполнять передачу и ловлю, ведение мяча; эстафеты с элементами спортивных игр, передачу и ловлю мяча на месте и в движении, взаимодействовать в упражнении 2х1, играть в мини-баскетбол.</p>		
17	<p>Техника броски мяча. Контроль техники ведения мяча с изменением направления и высоты отскока.</p>	1	Комбинированный	<p>Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Ведение мяча на месте и в движении в низкой, средней и высокой стойке. Тактика свободного нападения. Игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам.</p>	<p>Коммуникативные: владеть культурой речи, ведением диалога, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.</p> <p>Регулятивные: уметь контролировать свою деятельность по результату, развивать новые виды деятельности и сотрудничества.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять броски одной и двумя руками с места и в движении, передачу и ловлю мяча на месте и в движении, тактику свободного нападения, играть в мини-баскетбол, контрольное упражнение по ведению мяча</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	<p>Знать технику броски мяча одной и двумя руками с места и в движении, тактику свободного нападения, правила игры в мини-баскетбол, правила выполнения контрольного упражнения по ведению мяча.</p>
18	<p>Техника перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Контроль техники передачи и ловли мяча.</p>	1	Комбинированный	<p>Комбинация из основных элементов техники перемещений и владения мячом. Тактика свободного нападения. Игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам.</p>	<p>Коммуникативные: уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения, устанавливать рабочие отношения.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	<p>Знать технику перемещений и владения мячом, тактику свободного нападения, правила игры в мини-баскетбол, правила выполнения контрольного упражнения по передаче и ловле мяча в парах.</p>

					<p>Результативные: видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p> <p>Познавательные: демонстрировать перемещения и владение мячом, тактику свободного нападения, играть в мини-баскетбол, контрольное упражнение по передаче и ловле мяча.</p>	
19	<p>Тактика игры. Позиционное нападение. Контроль техники броска мяча двумя руками в кольцо.</p>		Комбинированный	<p>Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций. Бросок мяча в баскетбольное кольцо. Игра в мини-баскетбол.</p>	<p>Коммуникативные: владеть культурой речи, ведением диалога, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.</p> <p>Результативные: видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p> <p>Познавательные: демонстрировать перемещения и владение мячом, тактику позиционного нападения, играть в мини-баскетбол.</p>	<p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p> <p>Знать технику перемещений и владения мячом, тактику позиционного нападения (5:0), правила игры в мини-баскетбол; правила выполнения броска мяча в баскетбольное кольцо.</p>
20	<p>Техника владения мячом и развитие координационных способностей.</p>		Комбинированный	<p>Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Нападение быстрым прорывом (1:0). Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций. Игра в мини-баскетбол.</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p>	<p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p> <p>Знать технику передачи и ловли, ведения и броска мяча, нападение быстрым прорывом, позиционное нападение, правила игры в мини-баскетбол.</p>

					<p><i>Результативные:</i> уметь контролировать свою деятельность по результату, развивать новые виды деятельности и сотрудничества.</p> <p><i>Познавательные:</i> демонстрировать передачу, ловлю, ведение и бросок мяча; быстрый прорыв и тактику позиционного нападения, играть в мини-баскетбол.</p>	
21	Учебная игра в мини-баскетбол.		Комбинированный	<p>Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Игры и игровые задания 3:2; 3:3. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей; уважительно относиться к другой точке зрения, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Результативные:</i> уметь контролировать свою деятельность по результату, развивать новые виды деятельности и сотрудничества.</p> <p><i>Познавательные:</i> демонстрировать передачу, ловлю, ведение и бросок мяча; игровые упражнения, знать и уметь объяснить правила игры в мини-баскетбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять технику освоенных элементов: ловля, передача, ведение и броска мяча; условия игровых заданий (3:2; 3:3) и правила игры в мини-баскетбол.
Гимнастика – 12 часов						

22	<p>Техника безопасности на уроках гимнастики. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости.</p> <p>Группировка. Кувырок вперед и назад. Тест – наклоны вперед из положения стоя.</p>		Комбинированный	<p>Правила безопасности и страховки во время занятий физическими упражнениями на уроках гимнастики. Осанка. Группировка, перекаты в группировку. Кувырок вперед и назад. Тест – наклоны вперед из положения стоя.</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами.</p> <p>Результативные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь объяснить технику безопасности на занятиях гимнастики, выполнять группировку, кувырок вперед и назад.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику безопасности на уроках гимнастики; знать, как выполнять группировку, кувырок вперед и назад.
23	<p>Техника кувырка вперед и назад. Страховка и помощь во время занятий. Тест – подтягивание на перекладине (М); сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (Д).</p>		Комбинированный	<p>Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. Кувырок вперед и назад. Помощь и страховка, демонстрация упражнений. Тест – подтягивание на перекладине (М), сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (Д).</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p> <p>Результативные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p> <p>Познавательные: уметь объяснить и выполнять кувырок вперед и назад, подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять строевые упражнения, кувырок вперед и назад, правила тестирования подтягивания на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола.

24	Техника кувырка вперед и назад; стойка на лопатках. Тест – челночный бег 4х9м.	1	Комбинированный	<p>Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. Кувырок вперед и назад; стойка на лопатках. Тест – челночный бег 4х9м.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять кувырок вперед и назад, стойку на лопатках; проходить тестирование челночного бега 4х9 м.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять строевые упражнения, кувырок вперед и назад, стойку на лопатках; правила тестирования челночного бега 4х9м.
25	Контроль техники выполнения кувырка вперед и назад. Стойка на лопатках. Акробатическая комбинация.	1	Комбинированный	<p>Стойка на лопатках. Кувырок вперед и назад. Помощь и страховка; демонстрация упражнений. Выполнение обязанностей командира отделения; установка и уборка снарядов. Составление с помощью учителя простейших акробатических комбинаций.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие упражнения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений.</p> <p><i>Регулятивные:</i> формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять кувырок вперед и назад, стойку на лопатках; демонстрировать акробатическую комбинацию.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять стойку на лопатках, контрольные упражнения -кувырок вперед и назад, правила оказания помощи и страховки, как составлять акробатическую комбинацию.

26	<p>Техника опорного прыжка. Вис на гимнастической стенке.</p> <p>Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов акробатики. Стойка на лопатках. Тест – прыжок в длину с места на результат.</p>	1	Комбинированный	<p>Стойка на лопатках.</p> <p>Спорный прыжок: висок в упор присев, соскок прогнувшись /косел в ширину, высота 80-100см/.</p> <p>Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов акробатики. Тест – прыжок в длину с места на результат.</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие упражнения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений.</p> <p><i>Результативные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь объяснить и выполнять стойку на лопатках; акробатическую комбинацию, опорный прыжок.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой	Знать технику выполнения опорного прыжка, акробатическую комбинацию, правила выполнения контрольного упражнения – стойка на лопатках;
27	<p>Техника опорного прыжка</p> <p>Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов акробатики. Тест – поднимание туловища за 30 сек. из положения лежа на спине.</p>	1	Комбинированный	<p>Опорный прыжок: висок в упор присев, соскок прогнувшись /косел в ширину, высота 80-100см/.</p> <p>Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов акробатики. Тест – поднимание туловища за 30 сек. из положения лежа на спине.</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> обладать умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь объяснять и выполнять акробатическую комбинацию, опорный прыжок, проходить тестирование поднимания туловища за 30 сек. из положения лежа на спине.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой	Знать технику выполнения опорного прыжка, акробатической комбинации, правила тестирования поднимания туловища за 30 сек. из положения лежа на спине.

28	Техника опорного прыжка. Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов акробатики. Контроль техники выполнения стойки на лопатках.	1	Комбинированный	Опорный прыжок: всок в упор присев; соскок прогнувшись /козел в ширину, высота 80-100см/ Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов акробатики.	<p>Коммуникативные: обладать умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.</p> <p>Результативные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p>Познавательные: уметь демонстрировать акробатическую комбинацию в целом, опорный прыжок.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику опорного прыжка, правила выполнения контрольного упражнения – акробатическая комбинация.
29	Контроль техники выполнения опорного прыжка.	1	Комбинированный	Опорный прыжок: всок в упор присев, соскок прогнувшись /козел в ширину, высота 80-100см/ Круговая тренировка. Игры и эстафеты с использованием гимнастического инвентаря.	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений.</p> <p>Результативные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p>Познавательные: демонстрировать опорный прыжок, играть в подвижную игру.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять технику опорного прыжка, круговую тренировку, правила и условия игр и эстафет.
30	Лазанье по канату в два приема (м).	1	Комбинированный	Лазанье по канату (м); упражнения на равновесие на гимнастическом бревне (д); упражнения с партнером. Эстафеты и игры с использованием гимнастического инвентаря.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику лазанья по канату в два приема, правила выполнения упражнения на равновесие на гимнастическом бревне, условия и правила эстафет и игр.

	Упражнения на гимнастическом бревне (д);				<p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять лазанье по канату в два приема, упражнения на равновесие на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру.</p>		
31	Лазанье по канату (м); Упражнения на гимнастическом бревне (л);	1	Комбинированный	Лазанье по канату (м), упражнения на равновесие на гимнастическом бревне (л), упражнения с партнером. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря.	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять лазанье по канату в два приема, упражнения на равновесие на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику лазанья по канату в два приема, правила выполнения упражнения на равновесие на гимнастическом бревне, условия и правила эстафет и игр.
32	Лазанье по канату (м); Упражнения на гимнастическом бревне (л);	1	Комбинированный	Лазанье по канату (м), по гимнастической лестнице (л). Упражнения на равновесие на гимнастическом бревне (л). Развитие физических качеств.	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику лазанья по канату в два приема, правила выполнения упражнения на равновесие на гимнастическом бревне, условия и правила эстафет и игр.

					<p>Познавательные: уметь выполнять лазанье по канату в два приема, упражнения на равновесие на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру, объяснять и выполнять упражнения на развитие физических качеств.</p>		
33	<p>Лазанье по канату (м);</p> <p>Упражнения на гимнастическом бревне (д);</p>	1	Комбинированный	<p>Лазанье по канату (м); по гимнастической лестнице (д). Упражнения на равновесие на гимнастическом бревне (д). Эстафеты и игра с использованием гимнастических упражнений и инвентаря.</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе.</p> <p>Результативные: осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять лазанье по канату в два приема, упражнения на равновесие на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру.</p>	<p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p> <p>Знать, как выполнять лазанье по канату в два приема; упражнения на равновесие на гимнастическом бревне, условия и правила эстафет и игр.</p>	
Волейбол 8 часов							
34	<p>Техника безопасности на уроках волейбола. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.</p>	1	Комбинированный	<p>Инструктаж по правилам безопасности на уроках. Основные правила игры в волейбол. Стойка игрока. Перемещения в стойке. Основные приемы игры в волейбол.</p>	<p>Коммуникативные: обладать умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.</p> <p>Результативные: видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять стойку игрока, перемещения в стойке игрока.</p>	<p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p> <p>Знать требования инструкций по технике безопасности на уроках волейбола, историю развития волейбола, правила игры, технику перемещений в стойке игрока, правила выполнения эстафет и подвижной игры.</p>	

35	Техника приема и передачи мяча сверху двумя руками.	1	Комбинированный	Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения), Передача мяча сверху двумя руками на месте. Игра «Мяч в воздухе»	<p><i>Коммуникативные:</i> сохранить доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений.</p> <p><i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять стойку игрока, перемещения в стойке игрока, передачу двумя руками над собой, играть в подвижную игру «Мяч в воздухе».</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять перемещения в стойке игрока, технику передачи мяча двумя руками на месте, правила подвижной игры «Мяч в воздухе».
36	Техника приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.	1	Комбинированный	Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения), передача мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед. Игра в мини-волейбол по упрощенным правилам.	<p><i>Коммуникативные:</i> владеть культурой речи, введением диалога в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес, уважение.</p> <p><i>Регулятивные:</i> уметь контролировать свою деятельность по результату.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять перемещения игрока, передачу мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед, правила игры в мини-волейбол, тестирование подвижных игр на координацию, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола.

					<p>Познавательные: уметь выполнять стойку игрока, перемещения стойке игрока, передачу двумя руками над собой; подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола, играть по упрощенным правилам в мини-волейбол.</p>		
37	<p>Техника нижней прямой подачи. Контроль техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками.</p>	1	Комбинированный	<p>Низкая прямая подача мяча с расстоянием 5 м от сетки. Передача мяча над собой. Тоже через сетку. «Мяч в воздухе»; игра в мини-волейбол по упрощенным правилам.</p>	<p>Коммуникативные: научиться и контролировать ранее изученное содержание в устной форме, выразить свои мысли в соответствии с заданиями и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: уметь контролировать свою деятельность по результату, заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять передачу двумя руками над собой; играть в подвижную игру «Мяч в воздухе», в мини-волейбол по упрощенным правилам.</p>	<p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p>	<p>Знать технику прямой подачи мяча, правила подвижной игры «Мяч в воздухе», правила игры в мини-волейбол. Знать, как выполнять контрольное упражнение - передачу мяча над собой сверху двумя руками.</p>
38	<p>Контроль техники выполнения приема мяча снизу двумя руками. Низкая прямая подача через сетку.</p>	1	Комбинированный	<p>Прием мяча снизу двумя руками на месте. Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Низкая прямая подача через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.</p>	<p>Коммуникативные: уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p> <p>Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p>	<p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p>	<p>Знать, как выполнять контрольное упражнение - прием и передача мяча снизу двумя руками, правила игры в мини-волейбол.</p>

					<p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять прием мяча двумя руками снизу, играть в мини-волейбол по упрощенным правилам.</p>		
39	Техника прямого нападающего удара. Контроль техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками через сетку в парах.	1	Комбинированный	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать свою точку зрения, доводить ее до собеседника.</p> <p><i>Результативные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять передачу мяча сверху двумя руками, играть в мини-волейбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять контрольное упражнение - технику передачи мяча сверху в парах двумя руками; технику прямого нападающего удара, правила игры в мини-волейбол.
40	Контроль техники выполнения нижней прямой подачи. Игра 3х3 на укороченных площадках.	1	Комбинированный	Игра в игровом режиме с ограниченным числом (2,2, 3:3) и на укороченных площадках. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.</p> <p><i>Результативные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять нижнюю прямую подачу, играть в мини-волейбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять контрольное упражнение - нижнюю прямую подачу, правила и условия игровых заданий.
41	Техника владения мячом и развитие координационных способностей. Тест - прыжок в длину с места на результат.	1	Комбинированный	Комбинация из освоенных элементов: прием, передача, удар. Игры и игровые задания с ограниченным числом (2,2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол. Тест - прыжок в длину с места на результат.	<p><i>Коммуникативные:</i> владеть культурой речи, владением диалога в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять тестирование прыжка в длину с места; ранее освоенные технические действия, правила игры в мини-волейбол.

44	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека		Комбинированный	Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для их реализации по совершенствованию духовных и физических качеств. Вредные привычки, их отрицательное влияние на личностные способности человека и на его здоровье. Табачный дым и его составляющие.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения ЗОЖ.
45	Обеспечение личной безопасности на улице		Комбинированный	Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избежать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение полиции, поста ГИБДД и др.) Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать умение видеть, указать ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выделить, выделить ключевые элементы гаджета в игровых заданиях, проходить тестирование.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Выбрать безопасный маршрут движения по городу, соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе.
46	Пожарная безопасность		Комбинированный	Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре.	<p><i>Коммуникативные:</i> владеть культурой речи, ведением диалога в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Использовать приобретенные знания в случае возникновения пожара. Владеть основными

51	Техника передачи и ловли мяча в прыжке с отскоком от пола. Тест – прыжок в длину с места на результат.		Комбинированный	Перемещение игрока. Передача и ловля мяча в прыжке с отскоком от пола. Передача мяча в движении с трех скрестных шагов. Бросок мяча по воротам с места, с трех скрестных шагов по воротам. Игра по упрощенным правилам мини-гандбола. Тест – прыжок в длину с места на результат.	<p><i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений.</p> <p><i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять основные технические приемы в игре мини-гандбол, проходить тестирование подтягивания на перекладине из положения вис.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику освоенных технических приемов игры в гандбол; правила выполнения тестирования – подтягивания на перекладине из положения вис.
52	Индивидуальная техника защиты. Контроль техники выполнения ведения мяча с изменением направления и высоты отскока.		Комбинированный	Вырывание и выбивание мяча. Комбинация из освоенных элементов техники передвижения и владения мячом. Бросок мяча в опорном положении и в прыжке.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять освоенные технические приемы в игре мини-гандбол, выполнять ведение мяча ведущей и неведущей рукой.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять контрольное упражнение – ведение мяча ведущей и неведущей рукой; технику вырывания и выбивания мяча, технику освоенных ранее приемов и действий игры в гандбол.

53-54	Техника броска мяча по воротам. Блокирование мяча. Контроль техники выполнения передачи и ловли мяча в парах.		Комбинированный	Передача и ловля мяча в парах. Бросок мяча в опорном положении и в прыжке. Блокирование мяча. Комбинация из основных элементов техники перемещений и владения мячом. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощенным правилам мини-гандбола.	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Результативные:</i> уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять ранее изученные игровые приемы и действия в игре мини-гандбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику перемещений и владения мячом, как выполнять контрольное упражнение – передача и ловля мяча в парах; знать правила игры в мини-гандбол.
54-55	Тактика свободного нападения. Контроль техники выполнения броска мяча по воротам из опорного положения.		Комбинированный	Остановка двумя шагами. Перемещения в стойке. Бросок мяча из опорного положения. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Тактика свободного нападения. Бросок мяча в прыжке. Игра по упрощенным правилам мини-гандбола.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p> <p><i>Результативные:</i> уметь сохранять цель, адекватно оценивать свои действия и действия своих товарищей.</p> <p><i>Познавательные:</i> применять в игре освоенные ранее двигательные приемы и действия, играть в мини-гандбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполняется контрольное упражнение – бросок мяча из опорного положения; знать технику перемещений и владения мячом, тактику свободного нападения, правила игры в мини-гандбол.

55	Техника перемещений, владения мячом и развитие координационных и кондиционных способностей. Контроль техники выполнения броска мяча по воротам в прыжке		Комбинированный	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Бросок мяча в прыжке по воротам. Игровые задания 3:2. Игра по упрощенным правилам в мини-гандбол.	<p>Коммуникативные: владеть культурой речи, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Результативные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.</p> <p>Познавательные: уметь применять изученные технические приемы и игровые действия на чужом поле, играть в мини-гандбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять контрольное упражнение – бросок мяча в прыжке; технику перемещений и владения мячом; знать правила игры в мини-гандбол.
56	Тактика игры в мини-гандбол. Позиционное нападение.		Комбинированный	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Игровые задания 3:3. Позиционное нападение без изменений позиций игроков. Развитие кондиционных способностей. Игра по упрощенным правилам мини-гандбола. Тест – подтягивание на перекладине из положения вис (м); сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (д).	<p>Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уметь слушать и слышать друг друга.</p> <p>Результативные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование – сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола, применять в игре мини-гандбол освоенные технические приемы и действия.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать правила выполнения теста – подтягивание на перекладине из положения вис (м); сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (д); технику перемещений и владения мячом, позиционное нападение, правила игры в мини-гандбол.

57	Учебная игра в мини-гандбол.		Комбинированный	Игра по упрощенным правилам мини-гандбола.	<p>Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, определять новый уровень отношения к своим действиям.</p> <p>Познавательные: применять изученные навыки поиска информации и действия в игре мини-гандбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику перемещений и владения мячом, правила игры в мини-гандбол.
----	------------------------------	--	-----------------	--	---	---	--

Волейбол – 9 часов

58	Техника безопасности на уроках волейбола. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. Передача мяча сверху двумя руками. Тест – шаглон вперед из положения стоя.		Комбинированный	Комбинация из основных элементов техники передвижений. Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Игра в мини-волейбол по упрощенным правилам. Тест Наклон вперед из положения стоя.	<p>Коммуникативные: уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p> <p>Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование – наклон вперед из положения стоя, выполнять перемещения и передачу мяча сверху двумя руками, играть в мини-волейбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать требования техники безопасности на занятиях по волейболу; знать технику перемещений и стоек волейболиста, передачи мяча сверху двумя руками; правила выполнения теста наклон вперед из положения стоя.
59	Техника приема и передачи мяча сверху двумя руками. Тест – челночный бег 4х9м.		Комбинированный	Передача мяча сверху двумя руками, через сетку. Упражнения по овладению и совершенствованию в технике перемещений и владения мячом. Игра в мини-волейбол. Тест – челночный бег 4х9м.	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять тест-челночный бег 4х9м; знать технику перемещений и владения мячом, правила игры в мини-волейбол.

					<p><i>Познавательные:</i> выполнять передачу мяча над собой сверху двумя руками, нижнюю прямую подачу, играть в мини-волейбол.</p>		
62	Техника прямого нападающего удара. Контроль техники выполнения передачи снизу двумя руками над собой.		Комбинированный	Комбинация из освоенных элементов волейбола: прием, передача. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра в мини-волейбол.	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего обучения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять прямой нападающий удар, демонстрировать передачу мяча снизу двумя руками над собой, играть в мини-волейбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой	Знать, как выполнить контрольное упражнение – передачу мяча снизу двумя руками над собой; знать технику прямого нападающего удара, правила игры в мини-волейбол.
63	Техника прямого нападающего удара. Контроль техники выполнения нижней прямой подачи через сетку с 5 м.		Комбинированный	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Прямой нападающий удар.	<p><i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p><i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику перемещений и владения мячом, позиционное нападение без изменения позиций игроков, правила игры в мини-волейбол; знать, как выполнить контрольное упражнение – передача мяча сверху двумя руками в паре.

					<p>Познавательные: применять освоенные игровые действия и приемы в игре, выполнять передачу мяча сверху двумя руками в паре, играть в мини-волейбол.</p>		
64	<p>Учебная игра в мини-волейбол. Контроль техники выполнения передачи мяча сверху в парах через сетку. Развитие координационных способностей.</p>		Комбинированный	<p>Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2; 3:3) и на укороченных площадках. Упражнения по совершенствованию в технике перемещений и владения мячом при приеме и передаче мяча. Низкая прямая подача через сетку. Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол.</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: знать и уметь объяснить правила игры в мини-волейбол, применять изученные технические приемы и действия в игре.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	<p>Знать, как выполнять контрольное упражнение – низкую прямую подачу мяча через сетку с расстояния 3-5м.; знать технику перемещений и владения мячом, правила игры в мини-волейбол.</p>
65	<p>Тактика игры. Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0).</p>		Комбинированный	<p>Комбинации из основных элементов: прием, передача, удар. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Развитие координационных способностей. Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол.</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	<p>Знать технику перемещения и владения мячом, правила игры в мини-волейбол.</p>

					<p>Познавательные: уметь выполнять ранее изученные элементы волейбола в игре.</p>		
66	Учебная игра в мини-волейбол		Комбинированный	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Развитие координационных и кондиционных способностей.	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную деятельность, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по заданному образцу и правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в мини-волейбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику выполнения волейбольных упражнений, правила игры в мини-волейбол.
Баскетбол – 9 часов							
67	<p>Техника безопасности на уроках баскетбола.</p> <p>Техника перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.</p>		Комбинированный	Инструкция по правилам безопасности. Комбинация из освоенных элементов перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять перемещения и владение мячом приемами и действиями, играть в мини-баскетбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать требования к правилам безопасности на уроках баскетбола, технику перемещений и владения мячом, правила игры в мини-баскетбол.

68	Техника перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.		Комбинированный	Комбинация из освоенных элементов перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбол. Тест - подтягивание (м); сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (д)	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать ведомую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> применять изученные элементы баскетбола на практике, проходить тестирование подтягивание на перекладине из положения вис, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола, играть в мини-баскетбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять тест – подтягивание на перекладине из положения вис, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола; технику перемещений и владения мячом, правила игры в мини-баскетбол.
69	Техника владения мячом и развитие координационных способностей.		Комбинированный	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять изученные элементы игры в баскетбол на практике, играть в мини-баскетбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику освоенных ранее технических приемов и действий, правила игры в мини-баскетбол.
70	Техника владения мячом и развитие координационных способностей. Контроль техники выполнения ведения мяча с изменением направления и высоты отскока.		Комбинированный	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели.	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять контрольное упражнение по передаче и ловле мяча; знать технику ведения и броска мяча, правила игры в мини-баскетбол.

					<p><i>Результативные:</i> самостоятельно выделять формулировать познавательную цель, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> применять ведение и бросок мяча в игровых заданиях, выполнять передачу и ловлю мяча, играть в мини-баскетбол.</p>		
71	<p>Тактика игры. Нападение быстрым прорывом. Контроль техники выполнения передачи и ловли мяча.</p>		Комбинированный	<p>Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Нападение быстрым прорывом (1:0); Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Игра по упрощенным правилам в мини-баскетбол.</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><i>Результативные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> демонстрировать технику передвижений и владения мячом, уметь выполнять ведение мяча в движении, играть в мини-баскетбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	<p>Знать технику передвижений и владения мячом, знать, как выполнять контрольное упражнение – ведение мяча в движении; правила игры в мини-баскетбол.</p>
72	<p>Тактика игры. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Контроль техники выполнения штрафного броска.</p>		Комбинированный	<p>Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Бросок мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам.</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Результативные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	<p>Знать, как выполнять контрольное упражнение по броску мяча в кольцо, технику нападения без изменения позиций игроков; знать правила игры в мини-баскетбол.</p>

					<p>Познавательные: применять умения и знания из области баскетбола в игровых действиях, играть в мини-баскетбол.</p>			
75	Учебная игра в мини-баскетбол		Комбинированный	Игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам.	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добавлять недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Результативные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: применять умения и знания из области баскетбола в игровых действиях, играть в мини-баскетбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику выполнения ранее освоенных технических приемов и действий из игры баскетбол; знать правила игры в мини-баскетбол.	
Легкая атлетика – 15 часов								
76	Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Исходная стойка высокого старта.		Комбинированный	Инструктаж по правилам безопасности на уроках легкой атлетики. Высокий старт. Заучивание от 30 до 40м.	<p>Коммуникативные: уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p> <p>Результативные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать требования к безопасности на уроках легкой атлетики, технику высокого старта; знать технику отката на определенную дистанцию.	

					<p><i>Познавательные:</i> уметь рассказать о требованиях и безопасности на уроках легкой атлетики, выполнять высокий старт, бег на короткую дистанцию</p>		
77	Техника высокого старта. Стартовый разгон. Тест – наклон вперед из положения стоя.		Комбинированный	Высокий старт. Бег с ускорением от 30 до 40 м. Тест – наклон вперед из положения стоя.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять бег на короткую дистанцию, проходить тестирование наклона вперед из положения стоя.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику бега на короткую дистанцию; знать, как выполнять тест – наклон вперед из положения стоя.
78	Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Стартовый разгон. Тест – подтягивание на перекладине из положения вис (м); сгибание и разгибание рук из положения упор лежа (д).		Комбинированный	Эстафеты, старты из различных исходных положений, бег с максимальной скоростью до 50 м. Прыжок в длину с разбега. Тест: подтягивание на перекладине из положения вис (м); сгибание и разгибание рук из положения упор лежа (д). Подвижные игры.	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> уметь проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование – челночный бег 4х9м, выполнять прыжок в длину с разбега.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять тест – подтягивание на перекладине из положения вис, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола; знать технику прыжка в длину с разбега.

79	Техника прыжка в длину с разбега. Тест - челночный бег 4х5м на результат.		Комбинированный	Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега, многоскоки. Тест - челночный бег 4х5м на результат.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышит учителя.</p> <p>Результативные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование челночного бега 4х5м, уметь выполнять прыжок в длину с разбега.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику прыжка в длину с разбега; как выполнять тест - челночный бег 4х5м на результат.
80	Бег 60 м на время.		Комбинированный	Бег 60 м на результат. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. Подвижные игры на местности.	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Результативные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять бег 60 м на время, демонстрировать технику в длину с разбега, играть в подвижную игру.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять бег на 60м; знать технику прыжка в длину с разбега; правила подвижной игры.
91	Техника метание малого мяча с 3-х шагов разбега. Круговая тренировка.		Комбинированный	Метание малого мяча. Эстафеты, игры, направленные на развитие скоростно-силовых способностей. Круговая тренировка.	Коммуникативные: в достаточной полноте и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Индивидуальный фронтальный, групповой.	Знать технику метания малого мяча, требования для прохождения круговой тренировки; правила и условия подвижной игры, эстафет.

					<p>Результативные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять круговую тренировку, демонстрировать метание малого мяча, играть в подвижную игру.</p>	
82	Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Тест - поднимание туловища за 30 сек из положения лежа на спине.	Комбинированный	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча. Эстафеты, игры, направленные на развитие скоростно-силовых способностей. Тест - поднимание туловища за 30 сек из положения лежа на спине.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Результативные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять прыжок в длину с разбега, метание малого мяча, играть в подвижную игру.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику прыжка в длину с разбега, метания малого мяча на дальность, знать правила и условия проведения подвижных игр и эстафет.
83	Прыжок в длину с разбега на результат. Техника метания малого мяча.	Комбинированный	Метание мяча в парах с 3-х шагов разбега. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега на результат	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Результативные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять метание малого мяча на дальность, демонстрировать прыжок в длину с разбега.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять контрольное упражнение- прыжок в длину с разбега на результат, знать технику метания малого мяча на дальность.

84	Техника метания малого мяча. Тест – прыжок в длину с места на результат.		Комбинированный	Метание мяча на заданное расстояние. Равномерный бег 1500 м по пересеченной местности. Игра на местности «Борьба за флаг». Тест - прыжок в длину с места на результат.	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тест – прыжок в длину с места на результат, выполнять метание малого мяча, демонстрировать технику бега на длинную дистанцию.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять тест-прыжок в длину с места на результат, технику метания малого мяча на заданное расстояние, правила игры на местности «Борьба за флаг».
85	Метание малого мяча на результат		Комбинированный	Метание малого мяча на результат. Равномерный бег 1500 по пересеченной местности. Игра на местности «Борьба за флаг»	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><i>Познавательные:</i> демонстрировать метание малого мяча на результат, выполнять продолжительный бег, играть в подвижную игру.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять контрольное упражнение по метанию малого мяча на результат, технику бега на длинную дистанцию, правила игры «Борьба за флаг».
86	Техника длительного бега.		Комбинированный	Бег в равномерном темпе 1500м. Подвижные игры на местности по желанию учащихся.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, работать в группе.	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять технику бега на длинную дистанцию, правила подвижных игр.

					<p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять бег на длинную дистанцию, проходить тестирование поднимание туловища за 30сек. из положения лежа на спине.</p>		
87	Бег 1000 м б/у времени		Комбинированный	Бег 1000 м б/у времени, подвижные игры на местности: «Борьба за флаг»	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><i>Познавательные:</i> играть в подвижную игру на местности «Борьба за флаг»: выполнять бег 1000м без учета времени.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику бега на длинную дистанцию; правила игры на местности «Борьба за флаг».
88	Отработка должностей по подвижным играм на местности.		Комбинированный	Игры, эстафеты с использованием л/а преодолением препятствий.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать в коллективе, продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> играть в подвижные игры.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать правила и условия игр и эстафет.

89	Резервный урок.		Комбинированный	Игры, эстафеты с использованием для инвентаря на местности; с преодолением препятствий.	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Результативные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> играть в подвижные игры.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать правила и условия игр и эстафет.
90	Резервный урок.		Комбинированный	Игры, эстафеты с использованием для инвентаря на местности; с преодолением препятствий.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Результативные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, находить необходимую информацию</p> <p><i>Познавательные:</i> играть в подвижные игры.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать правила и условия игр и эстафет.
Волейбол – 9 часов							
91	Техника безопасности на уроках волейбола. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1	Комбинированный	Инструкция по правилам безопасности на уроках. Основные правила игры в волейбол. Стойка игрока. Перемещения в стойке. Основные приемы игры в волейбол.	<p><i>Коммуникативные:</i> осознанно уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.</p> <p><i>Результативные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать требования инструкций по технике безопасности на уроках волейбола, историю развития волейбола, правила игры, технику перемещений в стойке игрока, правила выполнения эстафет и подвижной игры.

					<p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять стойку игрока, перемещения стойке игрока</p>	
97	Техника приема и передач мяча сверху двумя руками.		Комбинированный	<p>Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения); Передача мяча сверху двумя руками на месте. Игра «Мяч в воздухе»</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять стойку игрока, перемещения стойке игрока, передачу двумя руками над собой, играть в подвижную игру «Мяч в воздухе».</p>	<p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p> <p>Знать, как выполнять перемещения в стойке игрока, технику передачи мяча двумя руками на месте, правила подвижной игры «Мяч в воздухе».</p>
93	Техника приема и передач мяча сверху и снизу двумя руками.		Комбинированный	<p>Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения); передача мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед. Игра в мини-волейбол по упрощенным правилам.</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> видеть культуру речи, ведения диалога в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.</p> <p><i>Результативные:</i> уметь контролировать свою деятельность по результату.</p>	<p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p> <p>Знать, как выполнять перемещения игрока, передачу мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед, правила игры в мини-волейбол, тестирование подтягивания на перекладине, отжимания и разгибания рук в упоре лежа от пола.</p>

					<p>Познавательные: уметь выполнять стойку игрока, перемещения стойке игрока, передачу двумя руками над собой; подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола, играть по упрощенным правилам в мини-волейбол.</p>		
94	<p>Техника нижней прямой подачи.</p> <p>Контроль техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками.</p>	1	Комбинированный	<p>Нижняя прямая подача мяча в высоту 3-6 м от сетки. Передача мяча над собой. Также через сетку. «Мяч в воздухе»; игра в мини-волейбол по упрощенным правилам.</p>	<p>Коммуникативные: умение и готовность ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: уметь контролировать свою деятельность по результату, заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять передачу двумя руками над собой; играть в подвижную игру «Мяч в воздухе», в мини-волейбол по упрощенным правилам.</p>	<p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p>	<p>Знать технику прямой подачи мяча, принципы коммуникации в игре «Мяч в воздухе», правила игры в мини-волейбол. Знать, как выполнять контрольное упражнение - передачу мяча над собой сверху двумя руками.</p>
95	<p>Контроль техники выполнения приема мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача через сетку.</p>	1	Комбинированный	<p>Прием мяча снизу двумя руками на месте, передача мяча сверху двумя руками через сетку. Нижняя прямая подача через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.</p>	<p>Коммуникативные: уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p> <p>Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p>	<p>Индивидуальный, фронтальный, групповой.</p>	<p>Знать, как выполнять контрольное упражнение – прием и передача мяча снизу двумя руками, правила игры в мини-волейбол.</p>

					<p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять прием мяча двумя руками снизу; играть в мини-волейбол по упрощенным правилам.</p>		
96	Техника прямого нападающего удара. Контроль техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками через сетку в парах.	1	Комбинированный	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать свою точку зрения, доводить ее до собеседника.</p> <p><i>Результативные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять передачу мяча сверху двумя руками, играть в мини-волейбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять контрольное упражнение - технику передачи мяча сверху в парах двумя руками, технику прямого нападающего удара, правила игры в мини-волейбол.
97	Контроль техники выполнения нижней прямой подачи. Игра 3х3 на укороченных площадках.	1	Комбинированный	Неря и нерешко мяча с ограниченным числом (2,2, 3,3) и на укороченных площадках. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.</p> <p><i>Результативные:</i> уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять нижнюю прямую подачу, играть в мини-волейбол.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять контрольное упражнение - нижнюю прямую подачу, правила и условия игровых заданий.
98	Техника владения мячом и развитие координационных способностей. Тест - прыжок в длину с места на результат.	1	Комбинированный	Комбинация из основных элементов: прием, передача, удар. Игры и игровые задания с ограниченным числом (2,2, 3,3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол. Тест - прыжок в длину с места на результат.	<p><i>Коммуникативные:</i> владеть культурой речи, ведением диалога в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, как выполнять тестирование прыжка в длину с места; ранее освоенные технические действия, правила игры в мини-волейбол.

					<p><i>Результативные:</i> уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять нижнюю прямую подачу, играть в мини – волейбол.</p>	
99	Учебная игра в мини-волейбол.	Комбинированный	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.	<p><i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения.</p> <p><i>Результативные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями.</p> <p><i>Познавательные:</i> играть в мини – волейбол, выполнять ранее изученные технические приемы в игровых заданиях.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать, играть в мини-волейбол, технику ранее освоенных технических приемов игры.
Баскетбол – 3 часа						
100	Техника безопасности на уроках баскетбола. Краткая характеристика вида спорта. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	Комбинированный	Инструктаж по технике безопасности на уроках баскетбола. Основные правила игры. История возникновения вида спорта. Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Эстафеты. Подвижная игра «Салки с мячом».	<p><i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать требования инструкций по технике безопасности на уроках баскетбола, историю развития баскетбола, правила игры, технику перемещения в стойке игрока, правила выполнения эстафет и подвижной игры.

					<p>Познавательные: уметь выполнять стойку игрока, перемещения в стойке; эстафеты с элементами спортивных игр, играть в подвижную игру.</p>		
101-102	Техника ведения мяча. Повороты на месте без мяча и с мячом.	2	<p>Перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Ведение мяча на месте и в движении в низкой, средней и высокой стойке. Эстафеты. Подвижная игра «Салки с ведением мяча».</p>	<p>Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять ведение мяча в различных стойках; эстафеты с элементами спортивных игр, играть в подвижную игру.</p>	Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Знать технику ведения мяча на месте и в движении в различных стойках, правила выполнения эстафет и подвижной игры	