

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 31.08.2020

УТВЕРЖДАЮ

Приказ от 31.08.2020

Директор школы

№ 124-О

И.В.Микляева



Рабочая программа учебному предмету «Физическая культура» для 6 класса

Срок реализации программы: 2020-2021 учебный год

Автор-разработчик Смирнов Д.А.

Санкт-Петербург

2020 год

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

№ уро ка	Дата		Тема урока	Тип/ форма урока	Планируемые результаты обучения		Виды и формы контроля	Примеч.
	План.	Факт.			Освоение предметных знаний	УУД		
Легкая атлетика (11 ч)								
1			Инструктаж по ТБ. Высокий старт по 10-15 м. Встречная эстафета. Игра «Бег с флажками»	Вводный	Осваивать технику спринтерского бега. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении спец. беговых упр. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упр.	Предметные: выполнять технику спринтерского бега, высокого старта. Играть в подвижную игру. Метапредметные: планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи.	Текущий	
2			Бег с ускорением, специальные беговые упр. Круговая эстафета.	Комплексный	Демонстрировать технику спринтерского бега. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении спец. беговых упр. Раскрывать влияние легкоатлетических упр. на здоровье.	Предметные: выполнять технику спринтерского бега, высокого старта. Метапредметные: Планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях	Текущий	

3			Высокий старт. Специальные беговые упр. Эстафетный бег.	Комплексный	Демонстрировать технику спринтерского бега. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении спец. беговых упр. Выполнять передачу эстафетной палочки.	Предметные: выполнять технику спринтерского бега, высокого старта, бега по дистанции и финиширования. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	Текущий	
4			Бег по дистанции, финиширование. Специальные беговые упр.	Комплексный	Уметь бегать с максимальной скоростью с низкого старта. Проявлять качества силы,	Предметные: выполнять технику спринтерского бега, высокого старта, бега по дистанции и	Текущий	

					быстроты и координации при выполнении спец. беговых упр.	финиширования. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.		
5			Бег на результат 60м. Игра «Разведчики и часовые».	Учетный	Демонстрировать технику бега на 60 м. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении беговых упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять технику спринтерского бега. Выполнять бег на результат 60 м. Играть в подвижную игру. Метапредметные: находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Контроль двигательных качеств	

6			Обучение отталкиванию при прыжке в длину «согнув ноги». Игра «Попади в мяч».	Комплексный	Осваивать технику прыжка способом «согнув ноги». Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении беговых упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять технику прыжка способом «согнув ноги». Играть в подвижные игры. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
7			Обучение подбора разбега. Игра «Кто дальше бросит».	Комплексный	Осваивать технику прыжка способом «согнув ноги». Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении прыжковых упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять технику прыжков. Играть в подвижные игры. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: проявлять дисциплинированность,	Текущий	

						трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
8			Прыжок с 7-9 шагов разбега. Приземление.	Комплексный	Осваивать технику прыжка с разбега, способом «согнув	Предметные: Выполнять технику прыжков. Играть в подвижные	Текущий	

			Метание мяча в вертикальную цель.		ноги». Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении прыжковых упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	игры. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.		
9			Метание малого мяча в горизонтальную цель с 5-6 м. Игра «Метко в цель».	Комплексный	Осваивать технику метания малого мяча в цель. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении метания. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять технику прыжков и метания. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	
10			Бег в равномерном темпе. Бег 1000м. Игра «Салки».	Комплексный	Осваивать технику бега на средние дистанции. Проявлять качества выносливости и координации при выполнении бега на средние дистанции. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега на средние дистанции. Играть в подвижные игры. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
11			Бег 1000м. Игра «Салки маршем».	Комплексный	Осваивать технику бега на средние дистанции. Проявлять качества выносливости и координации при выполнении бега на средние дистанции. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега на средние дистанции. Играть в подвижные игры. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Контроль двигательных качеств	
КРОССОВАЯ ПОДГОТОВКА (9 ч)								
12			Равномерный бег 10 мин. Подвижная игра «Невод».	Комплексный	Демонстрировать технику бега по пересеченной местности.	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности.	Текущий	

					Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Играть в подвижную игру. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.		
13			Равномерный бег 12 мин. Чередование ходьбы и бега. Игра «Перебежка с выручкой.	Комплексный	Демонстрировать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
14			Равномерный бег 12 мин. Игра «Паровозики».	Комплексный	Демонстрировать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	

15			Равномерный бег 15 мин. Преодоление препятствий. Игра «Бег с флажками».	Комплексный	Демонстрировать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	
----	--	--	---	-------------	--	--	---------	--

16			Равномерный бег 15 мин. Игра «Вызов номера».	Комплексный	Демонстрировать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	
----	--	--	---	-------------	---	--	---------	--

17			Равномерный бег 15 мин. Преодоление препятствий. Игра «Команда быстроногих».	Комплексный	Демонстрировать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
----	--	--	--	-------------	--	---	---------	--

18			Равномерный бег 17 мин. Преодоление препятствий. Игра «Через кочки и пенечки».	Комплексный	Демонстрировать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	
19			Равномерный бег 17 мин. Игра «Разведчики и часовые».	Комплексный	Демонстрировать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	
20			Бег 2 км. Подвижная игра	Комплексный	Демонстрировать технику	Предметные: Выполнять технику	Текущий	

			«Пятнашки маршем».	ый	равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	бега по пересеченной местности. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.		
ГИМНАСТИКА (18 ч)								

21			Инструктаж по ТБ. Перестроение из колонны по 1 в колонну по 4 дроблением и сведением. Игра «Запрещенное движение».	Комплексный	Демонстрировать технику упражнений в висе и строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упражнений в висе. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять технику упр. в висе и строевых упр. Играть в подвижную игру. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
22			Висы. Игра «Светофор». Развитие силовых способностей.	Комплексный	Демонстрировать технику строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упражнений в висе. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технику упр. в висе и строевых упр. Играть в подвижную игру. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
23			Подтягивания в висах. Игра «Фигуры». Развитие силовых способностей.	Комплексный	Демонстрировать технику упражнений в висе и строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упражнений в висе. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять технику упр. в висе и строевых упр. Играть в подвижную игру. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	

24			Висы. Подтягивания в висах. Игра «Веревочка под ногами».	Комплексный	Демонстрировать технику упражнений в висе и строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упражнений в висе. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять технику упр. в висе и строевых упр. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
25			Висы. Подтягивания в висах. Игра «Прыжок за прыжком».	Комплексный	Демонстрировать технику упражнений в висе и строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упражнений в висе. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять технику упр. в висе и строевых упр. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
26			Висы. Развитие силовых способностей.	Комплексный	Демонстрировать технику упражнений в висе и строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упражнений в висе. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять технику упр. в висе и строевых упр. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	

27			Перестроение из колонны по 2 в колонну по 1 разведением и слиянием по 8 человек в движении. Игра «Удочка».	Комплексный	Демонстрировать технику опорного прыжка и строевых упражнений. Проявлять качества силы и координации при выполнении опорного прыжка. Выполнять игровые	Предметные: Выполнять опорный прыжок и перестроения. Играть в подвижную игру. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока.	Текущий	
----	--	--	--	-------------	--	--	---------	--

					действия в условиях учебной деятельности.	Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.		
28			Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Игра «Прыжки по полоскам».	Комплексный	Демонстрировать технику опорного прыжка и строевых упражнений. Проявлять качества силы и координации при выполнении опорного прыжка. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять опорный прыжок и перестроения. Играть в подвижную игру. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
29			Прыжок ноги врозь. Игра «Кто обгонит?».	Комбинированный	Демонстрировать технику опорного прыжка и строевых упражнений. Проявлять качества силы и координации при выполнении опорного прыжка. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять опорный прыжок и перестроения. Играть в подвижную игру. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	

30			Прыжок ноги врозь. Игра «Прыгуны и пятнашки».	Комплексный	Демонстрировать технику опорного прыжка и строевых упражнений. Проявлять качества силы и координации при выполнении опорного прыжка. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять опорный прыжок и перестроения. Играть в подвижную игру. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.	Текущий	
31			Прыжок ноги врозь. Игра «Удочка».	Комплексный	Демонстрировать технику опорного прыжка и строевых упражнений. Проявлять качества силы и координации при выполнении опорного прыжка. Выполнять игровые действия в условиях учебной	Предметные: Выполнять опорный прыжок и перестроения. Играть в подвижную игру. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления.	Текущий	

					деятельности.	Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.		
32			ОРУ с мячами. Прыжок ноги врозь. Игра «Кто обгонит».	Комплексный	Демонстрировать технику опорного прыжка. Проявлять качества силы и координации при выполнении опорного прыжка. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять перестроения. Играть в подвижную игру. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	

33			Строевой шаг. Повороты на месте. Игра «Два лагеря».	Комплексный	Демонстрировать технику акробатических и строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять акробатические и строевые упр. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	
34			Кувырок вперед. Эстафеты. Игра «Два лагеря».	Комплексный	Демонстрировать технику акробатических и строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять акробатические и строевые упр. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	
35			Кувырки вперед, назад. Игра «Смена капитана».	Комплексный	Демонстрировать технику акробатических и строевых упр. Проявлять качества силы и	Предметные: выполнять акробатические и строевые упр. Выполнять правила при участии	Текущий	

					координации при выполнении упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.		
--	--	--	--	--	---	--	--	--

36			Кувырки вперед, назад. Игра «Бездомный заяц». Развитие координационных способностей.	Комплексный	Демонстрировать технику акробатических и строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять акробатические и строевые упр. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.	Текущий	
37			Стойка на лопатках. Игра «Челнок». Развитие координационных способностей.	Комплексный	Демонстрировать технику акробатических и строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять акробатические и строевые упр. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	
38			Стойка на лопатках. Эстафеты с обручем.	Комплексный	Демонстрировать технику акробатических и строевых упр. Проявлять качества силы и координации при выполнении упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять акробатические и строевые упр. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.	Текущий	
						Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.		

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (ВОЛЕЙБОЛ 18 Ч)								
39			Стойка игрока. Передвижения в стойке. Эстафета с элементами волейбола. Инструктаж по ТБ.	Изучение нового материала	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	
40			Передача мяча двумя руками сверху вперед. Подвижная игра «Пасовка волейболистов».	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	
41			Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Игра «Летучий мяч».	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: находить	Текущий	

					деятельности.	ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.		
42			Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.	Текущий	
43			Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Игра «Летучий мяч».	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	

44			Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты с передачами мяча.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и	Текущий	
----	--	--	---	-------------	---	--	---------	--

						соревновательной деятельности. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.		
45			Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Подвижные игры с элементами волейбола.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.	Текущий	

46			Прием мяча двумя руками снизу над собой. Эстафеты.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
47			Прием мяча двумя руками снизу над собой. Игра в мини - волейбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия,	Текущий	
						использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.		

48			Прием мяча двумя руками снизу над собой. Подвижные игры на основе волейбола.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
49			Передача мяча двумя руками сверху в парах. Игра в мини – волейбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	
50			Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Игра в мини – волейбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные:	Текущий	

					деятельности	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.		
51			Нижняя прямая подача с 3-6 м. Игра в мини – волейбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	
52			Нижняя прямая подача с 36 м. Эстафеты.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Выполнять правила при участии в подвижной игре. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	

53			Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Игра в мини – волейбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Метапредметные:	Текущий	
----	--	--	---	-------------	---	--	---------	--

					волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.		
54			Нижняя прямая подача. Эстафеты.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	
55			Нижняя прямая подача на точность попадания. Игра в мини – волейбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	

56			Передача мяча двумя руками сверху в парах. Нижняя прямая подача. Игра в мини – волейбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в волейбол. Проявлять находчивость в решении задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в волейбол. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим	Текущий	
----	--	--	--	-------------	---	--	---------	--

						сверстникам, находить с ними общий язык.		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

БАСКЕТБОЛ (24 Ч)

57			Инструктаж по ТБ. Стойка и передвижения игрока. Остановка прыжком. Игра в мини – баскетбол.	Изучение нового материала	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
58			Ведение мяча на месте. Игра в мини – баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	

59			Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	
60			Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать	Текущий	

					качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	правила игры в баскетбол. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.		
61			Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: проявлять дисциплинированность,	Текущий	

						трудолюбие в достижении поставленных целей.		
62			Ловля и бросок мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.	Текущий	
63			Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять	Текущий	
						положительные качества личности и управлять своими эмоциями.		

64			Бросок двумя руками от головы с места. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
65			Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	
66			Бросок двумя снизу в движении. Игра в мини - баскетбол.		Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
67			Бросок двумя снизу в движении и после ловли. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать	Текущий	

					качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.		
68			Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
69			Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков. Развитие скоростно – силовых качеств. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	

70			Ведение мяча с изменением скорости, направления, и высоты отскока. Позиционное нападение 5:0. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
71			Сочетание приемов	Комплексный	Осваивать технику игры в	Предметные: выполнять	Текущий	

			(ведение – остановка – бросок). Игра в мини - баскетбол.	ый	баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.		
72			Позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	

73			Позиционное нападение через скрестный выход. Развитие скоростно - силовых способностей.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
74			Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: характеризовать явления	Текущий	

					действия в условиях учебной деятельности.	(действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.		
75			Бросок одной рукой от плеча на месте. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	

76			Нападение быстрым прорывом. Игра в мини - баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
77			Нападение быстрым прорывом. Развитие координационных способностей.	Комплексный	Демонстрировать технические приемы баскетбола. Выполнять технические приемы баскетбола в стандартных условиях. Проявлять скоростно-силовые и координационные качества в подвижной игре.	Предметные: выполнять правила игры в мини-баскетбол, уметь играть в подвижные игры. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	
78			Бросок двумя руками от головы.	Комплексный	Демонстрировать технические приемы баскетбола. Выполнять	Предметные: выполнять правила игры в мини-баскетбол, уметь	Текущий	
			Игра в мини – баскетбол.		технические приемы баскетбола в стандартных условиях. Проявлять скоростно-силовые и координационные качества в подвижной игре.	играть в подвижные игры. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.		

79			Бросок двумя руками от головы. Взаимодействие двух игроков. Игра в мини – баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
80			Нападение быстрым прорывом. Развитие координационных способностей.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
81			Бросок двумя руками от головы в движении. Игра в мини – баскетбол.	Комплексный	Демонстрировать технические приемы баскетбола. Выполнять технические приемы баскетбола в стандартных условиях. Проявлять скоростно-силовые и координационные качества в подвижной игре.	Предметные: выполнять правила игры в мини-баскетбол, уметь играть в подвижные игры. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	

82			Взаимодействие двух игроков через заслон. Игра в мини – баскетбол.	Комплексный	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач. Проявлять качества быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технические приемы в баскетболе на высоком техническом уровне, знать правила игры в баскетбол. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
83			Взаимодействие двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини – баскетбол.	Комплексный	Демонстрировать технические приемы баскетбола. Выполнять технические приемы баскетбола в стандартных условиях. Проявлять скоростно-силовые и координационные качества в подвижной игре.	Предметные: выполнять правила игры в мини-баскетбол, уметь играть в подвижные игры. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	
КРОССОВАЯ ПОДГОТОВКА (9 ч)								
84			Инструктаж по ТБ. Равномерный бег 10 мин. Игра «Разведчики и рядовые».	Комплексный	Осваивать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	

85			Равномерный бег 12 мин. Преодоление препятствий. Игра «Разведчики и часовые».	Комплексный	Осваивать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний.	Текущий	
----	--	--	---	-------------	--	---	---------	--

						Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.		
86			Равномерный бег 13 мин. Специальные беговые упражнения. Игра «Посадка картошки».	Комплексный	Осваивать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	
87			Равномерный бег 15 мин. Специальные беговые упражнения. Игра «Посадка картошки».	Комплексный	Осваивать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	

88			Равномерный бег 16 мин. Специальные беговые упражнения. Игра «Салки маршем».	Комплексный	Осваивать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
89			Равномерный бег 17 мин. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости.	Комплексный	Осваивать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: технически правильно выполнять		

					учебной деятельности	двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.		
90			Равномерный бег 18 мин. Специальные беговые упражнения. Игра «Наступление». Развитие выносливости.	Комплексный	Осваивать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	

91			Равномерный бег 18 мин. Специальные беговые упражнения. Игра «Невод».	Комплексный	Осваивать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий	
92			Равномерный бег 20 мин. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости.	Учетный	Демонстрировать технику равномерного бега. Проявлять качества выносливости и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности	Предметные: Выполнять технику бега по пересеченной местности. Играть в подвижную игру. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Контроль двигательных качеств	
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (10 Ч)								
93			Инструктаж по ТБ. Бег в	Комплексный	Демонстрировать технику бега	Предметные: выполнять технику	Текущий	
			равномерном темпе (1000 м). Специальные беговые упр.	ый	на средние дистанции. Проявлять качества выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	бега на средние дистанции. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.		

94			Инструктаж по ТБ. Бег в равномерном темпе (1000 м). Развитие выносливости.	Комплексный	Демонстрировать технику бега на средние дистанции. Проявлять качества выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технику бега на средние дистанции. Метапредметные: находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления. Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.	Контроль двигательных качеств	
95			Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (3040 м). Специальные беговые упражнения. Старты из различных исходных положений.	Комплексный	Демонстрировать технику спринтерского бега. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении беговых упр. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технику спринтерского бега. Выполнять технику высокого старта. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
96			Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (4050 м), бег по дистанции.	Комплексный	Демонстрировать технику спринтерского бега. Проявлять качества силы, быстроты и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технику спринтерского бега. Выполнять технику высокого старта и бега по дистанции. Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Текущий	
97			Специальные беговые упр. Встречная эстафета. Развитие скоростных	Комплексный	Демонстрировать технику спринтерского бега, эстафетного бега. Проявлять	Предметные: выполнять технику спринтерского бега и эстафетного бега.	Текущий	

			способностей.		качества силы, быстроты и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Метапредметные: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.		
--	--	--	---------------	--	--	--	--	--

98			Специальные беговые упражнения. Эстафеты по кругу.	Учетный	Демонстрировать технику спринтерского бега. Проявлять качества силы, быстроты и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: выполнять технику спринтерского бега. Выполнять бег на результат. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Контроль двигательных качеств	
99			Бег на результат 60 м. Эстафеты по кругу.	Учетный	Демонстрировать технику бега на 60 м. Проявлять качества силы, быстроты и координации. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Предметные: Выполнять бег 60 м на результат. Метапредметные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Контроль двигательных качеств	

100			Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание».	Комплексный	Осваивать технику прыжка в высоту. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении прыжковых упражнений. Выполнять метание мяча на заданное расстояние.	Предметные: выполнять технику прыжка в высоту, выполнять технику метания мяча. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Текущий	
101			Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Развитие скоростно -	Комплексный	Осваивать технику метание мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при	Предметные: выполнять технику прыжка в высоту, выполнять технику метания мяча.	Текущий	
			силовых способностей.		выполнении прыжковых упражнений. Выполнять метание мяча на заданное расстояние.	Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.		
102			Прыжок в высоту, способом «перешагивание». Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения.	Учетный	Демонстрировать технику прыжка в высоту и метание мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении прыжковых упражнений. Выполнять метание мяча на заданное расстояние.	Предметные: выполнять технику прыжка в высоту, выполнять технику метания мяча. Метапредметные: планировать собственную деятельность во время урока. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Контроль двигательных качеств	

