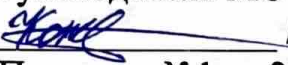




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Курасовская основная общеобразовательная школа»
Курского района Курской области

Рассмотрено
на заседании методического объединения
учителей творческого цикла
Руководитель МО
 /Кононова В.С./
Протокол №1 от 28.08.2023

Согласовано
Зам.директора по УВР
 /Бартенева Т.А./

Принято решением педагогического совета
Протокол №1 от 31.08.2023
Председатель педагогического совета
 /Колесов А.А./

Утверждено
Директор МБОУ «Курасовская основная
общеобразовательная школа»
 /Колесов А.А./
Приказ №1 от 16.10.2023г



Рабочая учебная программа
по физической культуре
основное общее образование
срок реализации программы 1 год

Класс: 7
Учитель: Рошупкин М.М.
Всего часов на учебный год: 68
Количество часов в неделю: 2

Курасово, 2023год

Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа по физической культуре разработана как нормативно-правовой документ для организации учебного процесса в 7 классе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Курасовская основная общеобразовательная школа».

Содержательный статус программы - базовая. Она определяет минимальный объем содержания курса физической культуры для основной школы и предназначена для реализации требований ФГОС второго поколения к условиям и результату образования обучающихся основной школы по физической культуре согласно учебному плану общеобразовательного учреждения.

Данная рабочая программа по физической культуре 7 класс построена на основе фундаментального ядра содержания общего образования, требований к результатам освоения основной общеобразовательной программы, требований к структуре основной образовательной программы, требований к условиям реализации программы основного общего образования, прописанных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования, а также концепции духовно-нравственного развития и воспитания гражданина России. В ней также учитываются основные идеи и положения программы развития и формирования универсальных учебных действий обучающихся для общего образования, соблюдается преемственность с примерными программами основного образования и авторской рабочей программой А.П.Матвеева

Согласно государственному образовательному стандарту, изучения физической культуры направлено на достижения следующей **цель:** формирование у обучающихся основной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи: Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:
укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем;
совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа направлена на:

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).

— реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

— соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

— расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

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

Универсальными компетенциями обучающихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

— умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;

— умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

2. Общая характеристика учебного предмета

Представленная рабочая программа полностью соответствует авторской программе основного общего образования по физической культуре под редакцией А.П. Матвеева

Рабочая программа ориентирована на использование учебника (Учебно-методического комплекса): УМКА.П.Матвеева.

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью. Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки». При каждом тематическом разделе программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования. При планировании учебного материала программы в соответствии с САНПИН (температурный режим), заменять тему «Лыжные гонки» на углубленное освоение содержания тем «Спортивные игры», «Подвижные игры». *Учитель физической культуры имеет право вводить в учебный процесс дополнительные темы, сокращать или упрощать предлагаемый в программах учебный материал, при этом учителю необходимо избегать учебных перегрузок учащихся, не нарушая логику распределения программного содержания, не выходя за рамки Требований Государственного образовательного стандарта.*

В результате освоения предметного содержания дисциплины «Физическая культура» у обучающихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения,

способы познавательной и предметной деятельности.

В разделе «Тематическое планирование» излагаются темы основных разделов программы и приводятся характеристики деятельности учащихся. Данные характеристики ориентируют учителя физической культуры на результаты педагогического процесса, которые должны быть получены в конце освоения содержания учебного курса.

В программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий.

В свою очередь, материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями.

3. Описание места учебного предмета.

Учебный предмет изучается 7-й год. В федеральном базисном учебном плане на изучение предмета «Физическая культура» отводится 2 часа в неделю. Всего на изучение программного материала отводится 68 часов. Программа рассчитана на 1 год.

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета.

Содержание учебного предмета «физическая культура» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Логика изложения и содержание рабочей программы полностью соответствуют требованиям Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Уровень изучения учебного материала базисный. Она разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей старших школьников

Формирование универсальных учебных действий:

Личностные УДД

- Ценностно-смысловая ориентация учащихся,

- Действие смыслообразования,
- Нравственно-этическое оценивание

Коммуникативные УДД

- Умение выражать свои мысли,
- Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
- Управление поведением партнера: контроль, коррекция.
- Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.
- Построение высказываний в соответствии с условиями коммутиации.

Регулятивные УДД

- Целеполагание,
- волевая саморегуляция,
- коррекция,
- оценка качества и уровня усвоения.
- Контроль в форме сличения с эталоном.
- Планирование промежуточных целей с учетом результата.

Познавательные универсальные действия:

Общеучебные:

- Умение структурировать знания,
- Выделение и формулирование учебной цели.
- Поиск и выделение необходимой информации
- Анализ объектов;
- Синтез, как составление целого из частей
- Классификация объектов.

Требования к уровню подготовки обучающихся (повышенный уровень).

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности:

п\п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Универсальные учебные действия
1.	Легкая атлетика	25	<p>Регулятивные: Формировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности.</p> <p>Познавательные: Соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.</p> <p>Коммуникативные: Принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником.</p>
2.	- <i>гимнастика</i>	18	<p>Регулятивные: Находит достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации или при отсутствии планируемого результата.</p> <p>Познавательные: Выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов.</p> <p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p>
3.	- <i>спортивные игры</i>	25	<p>Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества</p> <p>Познавательные: Выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов.</p> <p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p>
Итого:68			

8.Содержание

Гимнастика. (18 ч.) Организующие команды и приёмы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика (девочки).

Опорные прыжки.

Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Легкая атлетика.(25ч.) Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча.

Кроссовая подготовка длительный бег на выносливость

Спортивные игры(25 ч.). Баскетбол. Игра по правилам.

Волейбол. Игра по правилам.

Футбол. Игра по правилам.

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

Гимнастика с основами акробатики. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

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

9. Планируемые результаты изучения курса

К концу изучения в седьмом классе курса «Физическая культура»

Семиклассники научатся:

- осознавать значимость исторического понятия о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
- о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
- об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;

Получат возможность научиться:

- составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
- выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;
- проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
- составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;
- вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;
- демонстрировать уровень физической подготовленности.

10. Критерии и нормы оценки

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Отметка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Отметка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Отметка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Отметка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

Требования к двигательной подготовленности учащихся.

задания	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Бег 30 м	5.0	5.6	6.1	5.1	5.8	6.2
Бег 60м	9.8	11.1	11.2	10.3	11.1	11.2
Челночный бег 3x10м, с	8.4	8.9	9.4	8.8	9.4	10.0
Шестиминутный бег, м	1200	1100	950	1025	825	750

Бег 1000м, мин, с	6.00	7.00	8.00	7.00	8.00	9.00
Бег 2000м	б\вр	б\вр	б\вр	-	б\вр	б\вр
Прыжок в длину с места, см	170	165	150	165	150	120
Прыжок в длину с разбега, см	320	280	230	280	240	210
Прыжок в высоту с разбега, см	100	85	70	95	75	60
Метание мяча 150 гр., м	34	25	20	23	15	10
Лазание по канату, см	280	220	180	250	170	130
Подтягивание в висе, раз	7	5	4	-	-	
Подтягивание из вися лежа, раз	-	-	-	17	12	9
Бег на лыжах, 1км	6.50	7.20	7.50	7.15	8.50	9.20
Бег на лыжах, 2км	б\вр	б\вр	б\вр	б\вр	б\вр	б\вр
Бег на коньках 100м, с	23	25	27	25	27	30
Кросс 1500м	7.40	8.15	8.30	8.15	8.50	9.20
Кросс 2000м	б\вр	б\вр	б\вр	б\вр	б\вр	б\вр
Плавание, м	38	24	15	38	24	15

11. Учебно-методическое и материально-техническое и информационное обеспечение образовательного процесса

Нормативные документы, обеспечивающие реализацию программы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ « Об образовании в РФ»
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (ФГОС)
3. Фундаментальное ядро содержания общего образования.
4. Стратегия развития воспитания в Р.Ф. на период 2025 г. Планируемых результатов начального, общего образования.
5. Федеральная образовательная программа основного общего образования (Утверждена приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 под № 370)
6. Основная образовательная программа ООО МБОУ «Курасовская основная общеобразовательная школа»

7. Авторская программа по физической культуре под редакцией А.П.Матвеева

8.Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 №1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам».

9. Положение о рабочей программе.

Пособия для обучающихся:

Учебник: Матвеева В.И. Физическая культура 7 класс – М.: Просвещение.

Физическая культура. Тестовый контроль 7 класс. М.Я.Виленский.

Для учителя:

Комплексная программа физического воспитания обучающихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2014). стандарт основного общего образования по физической культуре, примерные программы по учебному предмету («Физическая культура 5-9 классы»А.П. Матвеева, Москва, «Просвещение» 2012г.), рабочие программы по физической культуре, учебники и пособия, которые входят в предметную линиюА.П. Матвеева, , методические издания по физической культуре для учителей физической культуры. Физическая культура. «Тестовый контроль 5-9 класс» (серия «Текущий контроль»), Федеральный закон «О физической культуре и спорте», Твой Олимпийский учебник. Москва «Советский спорт» 2010г, Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности.

Технические средства обучения:

Компьютер,

Проектор, доска интерактивная

Оборудование спорт зала: стенка гимнастическая, бревно гимнастическое напольное, скамейки гимнастические, перекладина гимнастическая, канат для лазания, комплект навесного оборудования (мишени, перекладины), маты гимнастические, мячи набивные, скакалки гимнастические, мячи малые (резиновые теннисные), палки гимнастические, обручи гимнастические, планка для прыжков в высоту, стойка для прыжков в высоту, рулетка измерительная (10м, 50м), щиты баскетбольные с кольцами, большие мячи (резиновые, баскетбольные), сетка волейбольная, мячи средние резиновые, аптечка медицинская.

канат, гимнастические скамейки, гимнастические маты, гимнастический мостик, гимнастический козел, гимнастический конь, шведская стенка, обручи, скакалки, мячи, кегли и т.д

Интернет ресурсы:

Портал ГТО www.gto.ru

Российский спортивный портал championat.com

12.Календарно-тематическое планирование

№ п/ п	Дата		Тема урока	Тип урока	Виды деятельности	Планируемые результаты			Домашнее задание
	П .	Ф .				предметные	метапредметные	личностные	
Легкая атлетика (14 ч)									
1			Организационно-методические требования на уроках физической культуры	УИНЗ	организация рабочего места. учатся контролировать и оценивать свои действия, умение слушать, задавать вопросы	О физической культуре, гигиенических требованиях, первоначальные представления о строевых командах.	Познакомятся с общими представлениям и об основных понятиях и правилах.	Формировать положительное отношение к урокам физкультуры.	Подготовить спортивную форму для занятий на улице и дневник самоконтроля
2			Тестирование бега на 30 м и челночного 3X10 м	УОиС И	организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые упражнения на месте и в движении, технику высокого старта, сдавать тестирование бега на 30 м с высокого старта..	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни.	Стр.40-42 читать
3			Тестирование бега на 60 и 300 м	КУ	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые упражнения на месте и в движении. Научатся	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную	Стр.46-50 читать

					решения задач. научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью		понимать историю зарождения древних Олимпийских игр.	ответственность за здоровый образ жизни.	
4			Спринтерский бег	УОиС И	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, прыжка в длину с места.	Адекватная мотивация.	Стр. 87-89, читать
5			Техника метания мяча на дальность	УФНЗ	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач поддерживать друг друга.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, беговую разминку, технику челночного бега с высокого старта.	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов	Проработать технику метания мяча на дальность с места
6			Спринтерский бег. Эстафетный бег	УОиС И	организация рабочего места с применением установленных правил.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся выполнять разминку с малыми мячами,	Адекватная мотивация.	Стр.141-144, читать

				использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.	головы.	упражнения на внимание, прыжка в длину с места. Научатся выполнять упражнения со скакалкой, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад.		
7			Техника прыжка в длину с разбега «прогнувшись»	КУ организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся определять общую цель и пути её достижения.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку со средними обручами (кольцами); сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Стр.144 читать
8			Равномерный бег. Развитие выносливости	КУ организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр.83,84 читать

					помощь в сотрудничестве		память		
9			Тестирование бега на 1000 м	КУ	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Подготовить спортивную форму для занятий в зале
10			Тестирование прыжка в длину с места	УФНЗ	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 86,87 читать
11			Броски малого мяча на точность	КУ	организация рабочего места с применением	Об основных положениях и движениях	Научатся выполнять разминку,	Учатся ответственному отношению к	Стр. 69-70 читать

				установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве	рук, ног, туловища, головы.	направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память	общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
12		Техника прыжка в высоту способом «перешагивание».	КУ	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. Об беге из различных положениях.	Научатся выполнять строевые упражнения, разминку, направленную на развитие координации движений.	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.	Стр. 71-72 читать
13		Контрольный по теме «Прыжки в высоту способом «перешагивание»»	КУ	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений.	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций.	Стр.74-75 читать

				людьми				
14			Преодоление легкоатлетической полосы препятствий	УФНЗ организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций.	Стр.75 читать
Спортивные игры(5 ч.)								
15			Техника ведения мяча ногами	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять игровую разминку, играть в подвижные игры и спортивные игры. Научатся ведению мяча на месте и в движении	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Стр. 76,77 читать
16			Техника ударов по катящемуся мячу ногой	организация рабочего места с применением	Об основных положениях и движениях	Научатся выполнять строевые	Учатся нести ответственность за здоровый	Стр. 78 читать

				установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	рук, ног, туловища, головы. О физической культуре, гигиенических требованиях, первоначальные представления о строевых командах	упражнения на месте и в движении	образ жизни. Учатся принимать образ «хорошего ученика»	
17		Жонглирование мячом ногами		удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем. научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. взаимодействовать друг другу соблюдая правила безопасности	О перекатах вправо-влево, группировка, кувырок вперед.	Научатся держать группировку, выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево,	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни. Учатся принимать образ «хорошего ученика»	Стр. 78-79 читать
18		Спортивная игра «Футбол»		удерживать учебную задачу, составлять план действий	О перекатах вправо-влево, группировка, кувырок	Научатся держать группировку, выполнять	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни.	Стр.79-82,читать

				совместно с учителем. научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. взаимодействовать друг другу соблюдая правила безопасности	вперед.	упражнения на матах, перекаты вправо-влево	Учатся принимать образ «хорошего ученика»	
19		Контрольный урок по теме «Футбол»		организация рабочего места с применением установленных правил. научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. научатся определять общую цель и пути её достижения.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, кувырок вперед, игровые упражнения с кувырками, упражнения на внимание.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций.	Регулярно делать зарядку
Гимнастика (12 ч.)								
20		Инструкция по техники безопасности на занятиях гимнастикой		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из	Стр. 102-104 читать

				научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве		с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память	спорных ситуаций	
21		Прыжки с высоты, акробатические комбинации		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 104 читать
22		Комбинации на гимнастическом бревне и перекладине		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. Об беге из различных положениях.	Научатся выполнять строевые упражнения, разминку, направленную на развитие координации движений.	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.	Стр. 111-114 читать
23		Упражнения на брусьях		организация	Об основных	Научатся	Учатся	Стр.116 читать

				рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений.	ответственном у отношении к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций.	
24		Комбинации на брусьях	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять игровую разминку, играть в подвижные игры и спортивные игры.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Подготовиться к контрольному уроку по теме «Брусья»	
25		Контрольный урок по теме «Брусья»	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять организующие команды, броски баскетбольного	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное	Стр. 104-106 читать	

				общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.		мяча из положения стоя. Научатся ведению мяча на месте и в движении	отношение к физической нагрузке	
26		Техника выполнения опорного прыжка согнув ноги, ноги врозь		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Стр. 106-107 читать
27		Опорные прыжки		организация рабочего места с применением установленных	Об основных положениях и движениях рук, ног,	Научатся выполнять организующие команды,	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни,	Подготовиться к контрольному уроку по теме « Опорные

				правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	туловища, голова.	броски баскетбольного мяча из положения сидя.	формируется позитивное отношение к физической нагрузке	прыжки»
28		Контрольный урок по теме «Опорные прыжки»		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, голова	Научатся выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Стр. 121-123 читать
29		Ритмическая гимнастика и ОФП		организация рабочего места с	Об основных положениях и	Научатся выполнять	Учатся нести ответственность	Стр. 52-56 читать

				<p>применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.</p>	<p>движениях рук, ног, туловища, головы</p>	<p>игровую разминку, играть в подвижные игры и спортивные игры.</p>	<p>ь за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке</p>	
30		Спортивная игра «гандбол»	<p>организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.</p>	<p>Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы</p>	<p>Научатся выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя. Научатся ведению мяча на месте и в движении</p>	<p>Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке</p>	Стр.56, читать	

31			Броски, передачи, передвижения в гандболе		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Стр. 190 читать
----	--	--	---	--	--	---	--	--	-----------------

Спортивные игры(3ч.)

32			Броски по воротам в прыжке		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения,	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять игровую разминку, играть в подвижные игры и спортивные игры. Научатся ведению мяча на месте и в движении	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Стр. 93-95 читать
----	--	--	----------------------------	--	---	---	---	--	-------------------

				радоваться успехам одноклассников.				
33			Спортивная игра «гандбол»- игра вратаря	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя. Научатся ведению мяча на месте и в движении	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Придумать варианты бросков с отклонением туловища
34			Спортивная игра «Гандбол»	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять игровую разминку, играть в подвижные и спортивные игры.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Регулярно делать зарядку. Подготовить лыжи и лыжную форму

				ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.				
Лыжная подготовка(9 ч.)								
35			Инструкция по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Попеременный двушажный ход.	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	О физической культуре, гигиенических требованиях, первоначальные представления о строевых командах, лыжных ходах.	Научатся выполнять организующие команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», технику ступающего шага.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 146-147 читать
36			Одновременный бесшажный ход Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», технику ступающего шага.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 147 читать
37			Чередование различных лыжных ходов	организация рабочего места с	Об основных положениях и	Научатся выполнять	Учатся ответственному	Стр. 148-149 читать

				применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль.	движениях рук, ног, туловища, головы.	организующие команды, ступающий шаг на лыжах без палок, ступающий шаг на лыжах без палок.	у отношению к общему благополучию и умению	
38		Повороты переступанием и прыжком на лыжах Торможение и поворот «упором»		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, ступающий шаг на лыжах без палок, ступающий шаг на лыжах без палок.	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 154-156 читать
39		Преодоление небольших трамплинов		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, скользящий шаг на лыжах без палок, ступающий шаг на лыжах.	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Придумать не менее трех разминочных упражнений на лыжах без лыжных палок

				оценивать свои действия				
40		Подъемы на склон и спуски со склона		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять подъем на склон «лесенкой» на лыжах, спуски со склона.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Придумать не менее трех разминочных упражнений на лыжах с лыжными палками
41		Прохождение дистанции 2 км.		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять подъем на склон «лесенкой» на лыжах, спуски со склона.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр.89, читать
42		Контрольный урок по теме «лыжная подготовка»		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся проходить дистанцию 1000 метров на лыжах на время.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное	Подготовить форму для занятий в зале

				общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия			отношение к физической нагрузке	
43		Волейбол Передача сверху двумя руками		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся проходить дистанцию 1000 метров на лыжах на время.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Стр.173-176, читать
Спортивные игры (15 ч.)								
44		Волейбол. Передачи мяча сверху двумя руками		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять подъем на склон подъем на склон «елочкой» спуски со склона.	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 132 читать

				оценивать свои действия				
45		Волейбол. Передача мяча сверху за голову, прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся проходить дистанцию 1000 метров на лыжах на время.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Стр. 135-136 читать
46		Сложнокоординационные волейбольные упражнения		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	О физической культуре, гигиенических требованиях, первоначальные представления об истории футбола, правилах игры в футбол.	Познакомятся с общими представлениям и об основных понятиях и правилах. Научатся выполнять организующие команды, передача мяча, остановка мяча, ведение и удары по мячу.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Стр. 136-137 читать
47		Волейбол. Прямой нападающий удар Блокирование		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять организующие команды, передача мяча, остановка мяча,	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению	Стр. 137-138 читать

				общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия		ведение и удары по мячу.	находить выходы из спорных ситуаций	
48		Волейбол. Тактические действия Игра по правилам		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять организующие команды, удары по мячу головой с места и в прыжке.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 140 читать
49		Волейбол. Игра по правилам		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять организующие команды, передача мяча, остановка мяча, ведение и обманные движения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни. Учатся принимать образ «хорошего ученика»	Подготовиться к контрольному уроку

				действия				
50			Контрольный урок по теме «Волейбол»	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся основным правилам игры в футбол., понимать, как появились первые спортивные соревнования.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 120-121 читать
51			Баскетбол. Передвижения, повороты, броски мяча в корзину	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 121 читать
52			Баскетбол. Штрафные броски	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к	Стр. 122-123 читать

				решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия		положения стоя.	физической нагрузке	
53		Баскетбол. Выравнивание и выбивание мяча		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Стр. 126-127 читать
54		Баскетбол. Перехват мяча		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	О физической культуре, гигиенических требованиях, первоначальные представления о строевых командах.	Познакомятся с общими представлениям и об основных понятиях и правилах.	Формировать положительное отношение к урокам физкультуры.	Стр. 127 читать

55		Баскетбол. Нападение и защита	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, беговую разминку, технику челночного бега с высокого старта.	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов	Стр. 128-129 читать
56		Баскетбол. Игра по правилам	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые упражнения на месте и в движении,	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни.	Стр. 129-130 читать
57		Контрольный урок по теме «Баскетбол»	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые упражнения на месте и в движении,	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность	Ответить письменно на вопросы №7, №8 стр. 150

				научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия			ь за здоровый образ жизни.	
58		Спортивные игры		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся сдавать тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	Ответить на вопрос №5 на стр. 150 письменно
Легкая атлетика (10ч.)								
59		Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель		организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений. сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя.	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций.	Стр. 151-152 читать. Ознакомиться с таблицей

60		Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся сдавать тестирование отжимание.	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций.	Придумать упражнения на расслабление
61		Тестирование бега на 100 м	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Выполнить упражнение на гибкость
62		Тестирование бега на 60 м с низкого старта и челночного бега 3 * 10 м	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, прыжка в длину	Адекватная мотивация.	Стр. 110-112 читать

				научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия		с места.		
63			Тестирование метания мяча на дальность с разбега	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 110 читать
64			Тестирование прыжка в длину с разбега	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	Придумать и записать эстафеты с элементами спортивных игр
65			Равномерный бег.	организация	Об основных	Научатся	Адекватная	Написать

			Развитие выносливости	рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, прыжка в длину с места.	мотивация.	сообщение о двух спортивных бегунах
66			Тестирование бега на 2000 и 3000 м	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений.	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций.	Подготовить дневник самонаблюдения, записать результаты тестирования
67			Эстафетный бег	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений.	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить	Прочитать параграф «Легкая атлетика». Подготовиться к эстафетному бегу

				осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия			выходы из спорных ситуаций.	
68			Эстафеты. Скоростно-силовая подготовка.	организация рабочего места с применением установленных правил. использовать общие приемы решения задач. научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений.	Учатся ответственном у отношению к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций.	Решить, в какие спортивные или подвижные игры поиграть на заключительном уроке