## МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## Министерство просвещения, науки по делам молодежи Кабардино-Балкарской Республики

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа сельского поселения Нижний Курп" Терского муниципального района Кабардино -Балкарской Республики

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
МО учителей естественно- математического цикла	Заместитель директора по УВР	Директор МКОУ СОШ сп Нижний Курп
Буздова Р.К. Протокол №1 от «29» августа 2023 г.	Ашибокова Л.В. Протокол №1 от «29» августа 2023 г.	Шериев А.В. Приказ №97 от «29» августа 2023 г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «физическая культура» для 11 класса основного общего образования на 2023-2024 учебный год

2023-2024 учебный год

Нижнмй Курп

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа ориентирована на усвоение обязательного минимума, соответствующего стандартам Министерства образования Российской Федерации.

**Цель программы** Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе для 9 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических спосбностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Одна из основных задач — организация работы по овладению учащимися прочными и осознанными знаниями. Программа построена с учетом принципов системности, научности и доступности, а также преемственности и перспективности между различными разделами курса. Рабочая программа представляет собой целостный документ, включающий разделы: пояснительная записка, основное содержание, учебно-тематический план, требования к уровню подготовки обучающихся, литература и средства обучения, приложение (календарно-тематическое планирование).

### 1.1 Цели и задачи.

Изучение предмета физическая культура направлено на достижение следующих целей:

- формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры
- укрепление и длительное сохранение собственного здоровья
- оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих **образовательных** задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие раз-витию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

### 1.2. Нормативно-правовые документы, на основании которых составлена программа.

Данная рабочая программа составлена на основании:

- 1.1 Нормативно-правовые документы, на основании которых составлена программа.
- Федеральный закон от 9 декабря 2012 года N 273-Ф3. «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ (ред. от 01.07.2021) "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию,
- Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования"

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность.

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.11.2021 № 819 "Об утверждении Порядка формирования федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования".
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 11.11.2021 № 03-

1899 «Об обеспечении учебными изданиями (учебниками и 234 учебными пособиями) обучающихся в 2022/23 учебном году» разъяснен порядок использования учебно-методических комплектов в период перехода на обновленные ФГОС 2021

- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 N 115;
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 15.04.2022 N 801-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных

учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2022/2023 учебном году»;

### 1.3. Сведения о программе.

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, автор: Лях В.И. Издательство: Издательство Просвещения 2018 г. Данная рабочая программа по физической культуре определяет наиболее оптимальные и эффективные для определенного класса содержание, формы, методы и приемы организации образовательного процесса с целью получения результата, соответствующего требованиям стандарта.

### 1.4. Обоснование выбора программы.

Программа написана на основе Обязательного минимума содержания начального, основного и среднего (полного) общего образования и действующих примерных программ по предмету «Физическая культура» для 1–4, 5–9 и 10–11 классов. Программа состоит из трех разделов, посвященных соответственно начальной, основной и средней школе. Каждый раздел состоит из четырех взаимосвязанных частей: уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня, внеклассная работа, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия. Предваряют этот материал задачи физического воспитания и показатели физической культуры учащихся начальной, основной и средней школы. Первая часть программы регламентирует проведение уроков физической культуры (рассмотрены базовая и вариативная составляющие программного материала). Вторая, третья и четвертая части программы предназначены для педагогического коллектива школы.

# 1.5. Определение места и роли предмета в овладении требований к уровню подготовки обучающихся.

Данный учебный курс по физической культуре в полном объеме соответствует федеральным государственным образовательным стандартам.

### 1.6. Информация о количестве учебных часов.

В соответствии с учебным планом, а также годовым календарным учебным графиком, рабочая программа (практика) рассчитана на 3 учебных часа в неделю и 102 часов в год.

### 1.7 Формы организации образовательного процесса.

- основная форма урок
- экскурсии
- проектная деятельность
- применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, онлайн-курсы, обеспечивающие для обучающихся независимо от их места нахождения и организации, в которой они осваивают образовательную программу, достижение и оценку результатов обучения путем организации образовательной деятельности в электронной информационно-образовательной среде, к которой предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет.

Согласно уставу ГБОУ Гимназии №61 и локальному акту общеобразовательного учреждения основными видами контроля считать текущий (на каждом уроке), тематический (осуществляется в период изучения той или иной темы), промежуточный (ограничивается рамками четверти, полугодия), итоговый (в конце года).

### 1.8 Виды и формы контроля

Формами контроля может быть:

- зачет,
- практическая работа,
- контрольная работа;
- тестирование;
- доклады, рефераты, сообщения.

### 1.9. Механизмы формирования ключевых компетенций.

Определение значения систематических занятий **физкультурой** для улучшения здоровья, повышения уровня физической подготовленности и профилактики заболеваний; развитие интереса и привычки к систематическим занятиям **физической культурой** и спортом.

- общекультурная компетенция,
- учебно-познавательная компетенция,
- коммуникативная компетенция,
- социально-трудовая компетенция,
- компетенция личностного самосовершенствования.

Данные компетенции формируются через УУД.

Ожидаемые результаты в конце учебного года

**Общекультурная компетенция**. Определение значения систематических занятий физкультурой для улучшения здоровья, повышения уровня физической подготовленности и профилактики заболеваний; развитие интереса и привычки к системным занятиям физической культурой и спортом

**Учебно-познавательная компетенция.** Приобретение знаний, необходимых для занятий физической культурой и спортом; знание основ личной и общественной гигиены; овладение знаниями о правилах регулирования физической нагрузки при регулярных занятиях спортом

**Коммуникативная компетенция**. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников; умение давать рекомендации для самостоятельных занятий физкультурой, опираясь на современные физкультурно-оздоровительные технологии

**Социальная компетенция**. Умение использовать средства физической культуры для подготовки к самостоятельной профессиональной деятельности; владение современными требованиями к научной организации труда и отдыха.

**Личностная компетенция**. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.

## 1.10. Требования к уровню подготовки учащихся по физической культуре (предметные результаты)

Реализация программы обеспечивает достижение выпускниками следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

### Личностные результаты должны отражать:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познаванию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование осознанного, уважительного, и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

### Предметные результаты должны отражать:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью ( оздоровительной, коррекционной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели:
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах;
- формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных коррегирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности;

### Метапредметные результаты должны отражать:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятие решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

### 1.11. Виды и формы контроля.

Согласно уставу ГБОУ Гимназии №61 и локальному акту образовательного учреждения основными **видами контроля** считать *текущий* (на каждом уроке), *тематический* (осуществляется в период изучения той или иной темы), *промежуточный* (ограничивается рамками четверти, полугодия), *итоговый* (в конце года).

### Формами контроля может быть:

- зачет,
- тестирование;
- доклады, рефераты, сообщения;

### Содержание учебного предмета

Раздел «Основы знаний о физической культуре» расширяет основы знаний учащихся об Олимпийском движении в современной России, а также о технике двигательных действий (особенности самостоятельного освоения физических упражнений и двигательных действий), физических качествах (основная характеристика и их связь с развитием основных функциональных систем организма), способах деятельности. Раздел включает в себя составление планов индивидуальных занятий и комплексов упражнений на регулирование массы тела, на развитие общих и специальных физических качеств и оказание доврачебной помощи при переохлаждении и перегревании организма.

Раздел «Общая физическая подготовка» предполагает продолжение работы, направленной на совершенствование развития физических качеств учащихся:

подраздел «Гимнастика с основами акробатики» включает в себя комплексы упражнений на регулирование массы тела и формирование телосложения; комбинацию из акробатических элементов; совершенствование техники ранее разученных упражнений.

подраздел «Легкая атлетика» включает в себя освоение прыжка в длину с разбега, способом прогнувшись, эстафетный бег, бег по пересеченной местности с преодолением препятствий (кросс); совершенствование техники ранее разученных упражнений

подраздел «Спортивные игры» включает в себя технические действия с мячом и без мяча из спортивных игр баскетбол, волейбол; игры по упрощенным правилам; комплексы общеразвивающих упражнений.

подраздел «**Настольный теннис,** включает в себя освоение технических действий, совершенствование ранее разученных приемов

Реализация учебной программы обеспечивается УМК в списке учебников, используемых в 2020-2021 учебном году:

Лях В.И. Зданевич А.А. Физическая культура учебник 8-9

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов — М Просвещение  $2018 \ \Gamma$ . Лях В.И.

Примерные программы по учебным планам. Физическая культура Москва Просвещение 2012 г.

Рабочая программа. Физическая культура 5-9 классы. Учебно-методическое пособие. Погадаев Г.И. М. Дрофа 2012 г.

Универсальные учебные действия школьников. М.П.Калинина Методическое пособие СПб изво ООО «Архей»

Внеурочная деятельность учащихся Футбол Пособие для учителей физкультуры Москва «Просвещение» 2011

Внеурочная деятельность учащихся Волейбол Пособие для учителей физкультуры

Москва «Просвещение» 2011

Внеурочная деятельность учащихся Легкая атлетика Пособие для учителей физкультуры Москва «Просвещение» 2011

### Место предмета в учебном плане ОУ

Курс «физической культуры» рассчитан на 102 часа в 10 -11 классах.

### Тематическое планирование

$\mathcal{N}_{0}$	Вид программного материала	Количество часов
1.1	Основы знаний о физической	В процессе урока
	культуре	
1.2	Легкая атлетика	36
1.3	Гимнастика с элементами	12
	акробатики	
1.4	Волейбол	38
2.1	Настольный теннис	8
2.2	Баскетбол	8
	Всего часов	102

## Тематическое планирование

## 10 класс (юноши) В.И.Лях, А. А. Зданевич 102 часа

No	Тема урока	Тип	Элементы содержания	Основные	УУД	Контроль и	Дата пров	едения
$\Pi/\Pi$		урока		понятия		учёт знаний	План	Факт
			Раздел	- Лёгкая атло	етика (18ч)		•	
1	Т/б на уроках л/а.		Инструктаж по технике	Правила	-формулировать и	Текущий		
	Основы знаний.	Изуче	безопасности. Инструктаж по л/а.	поведения,	учебную задачу;			
	Тесты.	ние	Повторение ранее пройденных	техника	выбирать действия в			
	Спортигры.	новог	строевых упражнений.	безопасност	соответствии с			
		o	Специальные беговые	и на уроках.	поставленной задачей			
		матер	упражнения. Высокий старт(15-	Спринтерск	и условиями её			
		иала	20 м.) и бег с ускорением.	ий бег,	реализации.			
			Спортигры (волейбол, баскетбол,	высокий	-использовать общие			
			футбол).	старт	приёмы решения			
					поставленных задач,			
					ставить вопросы,			
					обращаться за			
					помощью			
2	Кроссовая	Комб	Кроссовая подготовка. Бег 5-6	Спринтерск	-использовать общие			
	подготовка.	иниро	мин. Специальные беговые	ий бег,	приёмы решения	Текущий		
	Высокий старт.	ванны	упражнения. Высокий старт и	высокий	поставленных задач,			
	Старт с опорой на	й.	скоростной бег до 40 метров (2	старт	ставить вопросы,			
	одну руку.		серии). Бег с ускорением (30 – 40		обращаться за			
	Бег 30 м.		м) с максимальной скоростью.		помощью			

	Спортигры.		Старты из различных и. п. Спортигры (волейбол, баскетбол, футбол). Бег 30 м.						
3	Кроссовая подготовка. Высокий старт. Старт с опорой на одну руку. Бег 30м.	Учётн ый	Кроссовая подготовка. Бег 6-7 мин. Специальные беговые упражнения. Высокий старт и скоростной бег до 40 метров (2 серии). Бег с ускорением (30 – 40 м) с максимальной скоростью. Старты с опорой на одну руку. Бег 30 м - на результат.	Стартовый разгон	-формулировать и удерживать учебную задачу контролировать и оценивать процесс и результат деятельности -формулировать собственное мнение -адекватная мотивация учебной деятельности	«5» 4,6	«4» 4,8		
4	Кроссовая подготовка. Старт с опорой на одну руку. Бег 60 м. Спортигры.		Кроссовая подготовка. Бег 7-8 мин. Спец. беговые упр. Бег с ускорением ( 30-40 м) с максимальной скоростью. Старт с опорой на одну руку. Бег 60 м – учет. Спортигры( волейбол, баскетбол, футбол).	Техника бега, ускорение.	-формулировать и удерживать учебную задачу контролировать и оценивать процесс и результат деятельности -формулировать собственное мнение -адекватная мотивация учебной деятельности	«5» 8,2	«4» 8,5	«3» 9,0	
5	Старт с опорой на одну руку. Спортигры.	Учётн ый	Спец. беговые упр. Бег с ускорением (30-40 м) с максимальной скоростью. Старт	Техника бега, ускорение.	-формулировать и удерживать учебную задачу.	«5» 20	«4» 23	«3» 27	

6	Метание мяча на дальность и на заданное расстояние. Бег 300 м. Спортигры.		с опорой на одну руку.  Бег 150 м – учет Спортигры( волейбол, баскетбол, футбол).  ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность и на заданное расстояние.	Техника метания	-контролировать и оценивать процесс и результат деятельности -ставить вопросы, обращаться за помощью; -формулировать и удерживать учебную задачуконтролировать и оценивать процесс и результат деятельности -ставить вопросы, обращаться за	«5» 0.55	«4» «3» 1.00 1.15	
7	Метание мяча на дальность и на заданное расстояние. Бег 400 м. Спортигры.	Комб иниро ванны й	Бег 300 м – учет. Спортигры (волейбол, баскетбол, футбол).  ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность и на заданное расстояние.  Бег 400 м – учет. Спортигры (волейбол, баскетбол, футбол).	техника метания	помощью;  -формулировать учебную задачуопределять, где применяются действия с мячом -адекватная мотивация учебной деятельности	«5» 1,20	«4» «3» 1,30 1,35	

8	Метание мяча на	Комб	ОРУ для рук и плечевого пояса в	техника	-формулировать				
	дальность и на	иниро	ходьбе. Специальные беговые	метания	учебную задачу.				
	заданное	ванны	упражнения. Прыжковые		-определять, где				
	расстояние.	й	упражнения, выполняемые		применяются				
	Бег 500 м.		сериями (с ноги на ногу, толкаясь		действия с мячом	«5»	«4»	«3»	
	Спортигры.		вверх. Метание теннисного мяча		-адекватная	1,35	1,40	1,50	
			с 4 – 5 шагов разбега на		мотивация учебной				
			дальность и на заданное		деятельности				
			расстояние.						
			Бег 500 м – учет.						
			Спортигры (волейбол, баскетбол,						
			футбол).						
9	Метание мяча на	Учётн	ОРУ для рук и плечевого пояса в	техника	-формулировать				
	дальность.	ый	ходьбе. Специальные беговые	метания	учебную задачу.				
	Прыжок в длину с		упражнения. Прыжковые		-определять, где				
	разбега.		упражнения, выполняемые		применяются				
	Спортигры.		сериями (с ноги на ногу, толкаясь		действия с мячом				
			вверх. Метание теннисного		-адекватная	«5»	<b>«</b> 4 <b>»</b>	«3»	
			мяча - на результат.		мотивация учебной	42	37	29	
			Прыжок в длину с разбега.	Техника	деятельности				
			Спортигры (волейбол, баскетбол,	выполнения					
			футбол).						
10	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 9-10	Техника	коррекция-вносить				
	подготовка.	ый	мин. ОРУ. Специальные беговые	выполнения	дополнения и				
	Прыжок в длину с		упражнения. Прыжковые		изменения в	«5»	«4»	«3»	
	разбега.		упражнения, многоскоки.		выполнение	235	220	210	
	Спортигры.		Прыжок в длину с места –		упражнений				
			Учет.		-осуществлять				
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		рефлексию способов и				
			футбол).		условий действий;				
					узнавать, выделять и				
					использовать в				
					действии				

	T		T	1	l o			
					-вести устный диалог,			
					строить понятные для			
					партнёра			
					высказывания			
11	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 10-12	техника	коррекция-вносить			
	подготовка.	ый	мин. Бег в среднем темпе.	прыжка	дополнения и			
	Прыжок в длину с		ОРУ. Специальные беговые		изменения в			
	места.		упражнения. Прыжковые		выполнение			
	Спортигры.		упражнения, многоскоки.		упражнений			
			Прыжки в длину с разбега -		-осуществлять	«5»	«4» «3»	
			учет.		рефлексию способов и	440	420 390	
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		условий действий;			
			футбол).		узнавать, выделять и			
			,		использовать в			
					действии			
					-вести устный диалог,			
					строить понятные для			
					партнёра			
					Высказывания			
12	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 7-8	Техника	коррекция-вносить			
	подготовка.	ый	мин. Бег в среднем темпе. ОРУ в	бега	дополнения и			
	Бег 400 м.		движении. Специальные беговые		изменения в			
	Спортигры.		и прыжковые упражнения,		выполнение			
	спортигры.		многоскоки.		упражнений			
			Спортигры (волейбол,		-осуществлять			
			баскетбол, футбол).		рефлексию способов и			
			οαεκετοοπ, φυτοοπή.					
					условий действий;			
					узнавать, выделять и			
					использовать в			
					действии			
					-вести устный диалог,			
					строить понятные для			
					партнёра			

					высказывания		
13	Кроссовая		Кроссовая подготовка. Бег 6-7	Техника	коррекция-вносить		
	подготовка.		мин.	бега	дополнения и		
	Бег 1000 м		Бег в среднем темпе. ОРУ в		изменения в		
	Спортигры.		движении. Специальные беговые		выполнение		
			и прыжковые упражнения,		упражнений	«5»- 3,40; «4»-	
			многоскоки.		-осуществлять	3,50 «3»-4,10	
			Бег 1000 м – учёт		рефлексию способов и		
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		условий действий;		
			футбол).		узнавать, выделять и		
					использовать в		
					действии		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
					партнёра		
14	Кроссовая		Кроссовая подготовка. Бег 4-5	Техника	коррекция-вносить		
	подготовка.		мин.	бега	дополнения и		
	Спортигры.		Бег в среднем темпе. ОРУ в		изменения в		
			движении. Специальные беговые		выполнение		
			и прыжковые упражнения,		упражнений		
			многоскоки.		-осуществлять		
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		рефлексию способов и		
			футбол).		условий действий;		
					узнавать, выделять и		
					использовать в		
					действии		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
1.5	TC	37	T. 2.4	T	партнёра		
15	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 3-4	Техника	сличать способ		
	подготовка.	ый	мин. Бег в среднем темпе. ОРУ в	прыжка в	действия и его		
	Спортигры.		движении. Специальные беговые	длину	результат;		
	Челночный бег.		и прыжковые упражнения.		корректировать		

			Челночный бег 3x10 – учет.		выполнение	«5» «4» «3»		
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		упражнений	7,3 7,8 8,0		
			футбол).		- способов и условий	7,5 7,0 0,0		
			φίτουπ).		действий;			
					-вести устный диалог,			
					строить понятные для			
					-			
					партнёра			
16	I/	V		F	высказывания	Т		
16	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 3-4	Бег на	-определять общую 	Текущий		
	подготовка.	ый	мин. Бег в среднем темпе. ОРУ.	средние	цель и пути её			
	Спортигры.		Специальные беговые	дистанции	достижения;			
			упражнения.		прогнозирование			
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		результата			
			футбол).		-выбирать более			
					эффективные способы			
					решения,			
					контролировать			
					выполнение задания			
17	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 3-4	Бег на	определять общую			
	подготовка.	ый	мин. Бег в среднем темпе. ОРУ.	средние	цель и пути её			
	Бег 3000 м.		Специальные беговые	дистанции	достижения;	«5»- 13,30 «4»-		
			упражнения. Бег 3000 м. на		прогнозирование	14,30 «3»-16,00		
			результат.		результата			
					-выбирать более			
					эффективные способы			
					решения,			
					контролировать			
					выполнение задания			
18	Кроссовая	Комб	Бег в среднем темпе. ОРУ.	Техника	определять общую			
	подготовка. Бег	иниро	Специальные беговые	бега	цель и пути её			
	16-18мин.	ванны	упражнения, прыжковые,		достижения;			
	Спортигры.	й	многоскоки.		прогнозирование			
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		результата		_	

			футбол).		-выбирать более		
			17		эффективные способы		
					решения,		
					контролировать		
					выполнение задания		
					71		
			Спо	ртивные игрь	I <b>.</b>		
			Разде	л – Волейбол 3	8ч.		
19	Т/б на уроках в		Инструктаж Т/Б по волейболу.	Правила	-адекватная	Текущий	
	спортзале	Изуче	Спец. беговые упражнения, ОРУ.	игры,	мотивация учебной		
	(спортивные	ние	Совершенствование техники	технические	деятельности		
	игры).	новог	выполнения передач сверху и	приёмы	осуществлять		
	Совершенствовани	o	снизу двумя руками. Нижняя		действие по образцу и		
	е техники	матер	прямая подача.		заданному правилу		
	передачи мяча	иала			-применять		
	сверху и снизу				установленные		
	двумя руками.				правила в		
	Нижняя прямая				планировании способа		
	подача.				решения		
					контролировать и		
					оценивать процесс и		
					результат своей		
					деятельности		
					•		
20	Совершенствовани	Совер	Спец. беговые упражнения, ОРУ.	Правила	планировании способа	Текущий	
	е техники	шенст	Совершенствование техники	игры,	решения		
	передачи мяча	вован	выполнения передач сверху и	технические	контролировать и		
	сверху и снизу	ие	снизу двумя руками. Нижняя	приёмы	оценивать процесс и		
	двумя руками.		прямая подача.		результат своей		
	Нижняя прямая				деятельности		
	подача.						

21	Совершенствовани	Совер	Передачи мяча в парах.	Правила	Вносить коррективы	Текущий	
	е техники	шенст	Выполнение передач сверху над	игры,	в выполнение	,	
	передачи мяча	вован	собой, с партнёром. Верхняя	технические	правильных действий		
	сверху и снизу	ие	прямая подача. Учебная игра.	приёмы	упражнений, сличать		
	двумя руками			1	с заданным эталоном		
	через сетку.				-ставить и		
	Верхняя прямая				формулировать		
	подача. Учебная				проблемы, выбирать		
	игра.				эффективные способы		
					решении- обращаться		
					за помощью		
22	Совершенствовани	Комб	Передача мяча в стену.	Правила	Вносить коррективы в	Текущий	
	е техники	иниро	Выполнение передач сверху над	игры,	выполнение		
	передачи мяча	ванны	головой, у стены, с партнёром.	технические	правильных действий		
	сверху и снизу	й	Верхняя прямая подача. Учебная	приёмы	упражнений, сличать		
	двумя руками		игра.		с заданным эталоном		
	через сетку.				-ставить и		
	Учебная игра.				формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении- обращаться		
					за помощью		
23	Совершенствовани	Комб	Передача мяча в стену.	Правила	Вносить коррективы в	Текущий	
	е техники	иниро	Выполнение передач сверху над	игры,	выполнение		
	передачи мяча	ванны	головой, у стены, с партнёром.	технические	правильных действий		
	сверху и снизу	й	Верхняя прямая подача. Учебная	приёмы	упражнений, сличать		
	двумя руками		игра.		с заданным эталоном		
	через сетку.				-ставить и		
	Учебная игра.				формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении- обращаться		
					за помощью		

24	Совершенствовани	Комб	Передача мяча двумя руками	Правила	Вносить коррективы	Текущий	
	е передачи мяча	иниро	сверху и снизу над собой, и затем	игры,	в выполнение		
	двумя руками	ванны	партнёру. Верхняя прямая	технические	правильных действий		
	сверху и снизу	й	подача. Учебная игра.	приёмы	упражнений, сличать		
	через сетку.		•	1	с заданным эталоном		
	Учебная игра.				-ставить и		
	1				формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении обращаться		
					за помощью		
25	Передачи мяча	Комб	ОРУ в движении. Спец. беговые	Правила	Вносить коррективы	Текущий	
	двумя руками	иниро	упр. Передача мяча двумя руками	игры,	в выполнение		
	сверху и снизу в	ванны	сверху и снизу над собой, и затем	технические	неправильных		
	парах через сетку.	й	партнёру. Подача	приёмы	действий в		
	Учебная игра.		(совершенствование техники).	1	выполнении		
	1		Учебная игра.		упражнений, сличать		
			-		с заданным эталоном		
					-ставить и		
					формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении- обращаться		
					за помощью		
26	Передачи мяча	Комб	ОРУ в движении. Спец. беговые	Технические	Вносить коррективы в	Текущий	
	двумя руками	иниро	упр. Передача мяча двумя руками	приёмы.	выполнение		
	сверху и снизу в	ванны	сверху и снизу над собой, и затем		неправильных		
	парах через сетку.	й	партнёру. Подача		действий в		
	Учебная игра.		(совершенствование техники).		выполнении		
			Учебная игра.		упражнений, сличать		
					с заданным эталоном		
					-ставить и		
					формулировать		

					проблемы, выбирать		
27	Передача мяча	Комб	Передача мяча двумя руками	Технические	Вносить коррективы в	Текущий	
	сверху и снизу	иниро	сверху и снизу.	приёмы.	выполнение		
	двумя руками.	ванны	Совершенствование выполнения		неправильных		
	Подача. Учебная	й	верхней прямой подачи.		действий в		
	игра.		Учебная игра.		выполнении		
					упражнений, сличать		
					с заданным эталоном		
					-ставить и		
					формулировать		
					проблемы, выбирать		
28	Передача мяча	Комб	Передача мяча двумя руками	Технические	- выполнять учебные	Текущий	
	сверху и снизу	иниро	сверху и снизу.	приёмы.	действия в		
	двумя руками.	ванны	Совершенствование выполнения		материализованной		
	Подача. Учебная	й	верхней прямой подачи.		форме; - задавать		
	игра.		Учебная игра.		вопросы проявлять		
					активность;		
					использовать речь для		
					регуляции своего		
					действия		
29	Передача мяча	Комб	Передача мяча двумя руками	Технические	- выполнять учебные	Текущий	
	сверху и снизу	иниро	сверху и снизу.	приёмы.	действия в		
	двумя руками.	ванны	Совершенствование выполнения		материализованной		
	Подача. Учебная	й	верхней прямой подачи.		форме; - задавать		
	игра.		Учебная игра.		вопросы проявлять		
					активность;		
					использовать речь для		
					регуляции своего		
20	П	10 0	H	П	действия	m v	
30	Передачи мяча.	Комб	Передачи мяча в парах через	Правила	-формулировать и	Текущий	
	Подача. Учебная	иниро	сетку. Подача мяча с лицевой	игры,	удерживать учебную		
	игра.	ванны	линии волейбольной площадки.	технические	задачу		
		й	Учебная игра.	приёмы.	-контролировать и		

							T	
					оценивать процесс и			
					результат			
					деятельности			
					- ставить вопросы,			
					обращаться за			
					помощью;			
					взаимодействие-			
					формулировать			
					собственное мнение			
31	Передачи мяча.	Комб	Передачи мяча в парах через	Правила	-формулировать и	Текущий		
	Подача. Учебная	иниро	сетку. Подача мяча с лицевой	игры,	удерживать учебную			
	игра.	ванны	линии волейбольной площадки.	технические	задачу			
		й	Учебная игра.	приёмы.	-контролировать и			
			-		оценивать процесс и			
					результат			
					деятельности			
					- ставить вопросы,			
					обращаться за			
					помощью;			
					взаимодействие-			
					формулировать			
					собственное мнение			
32	Учебная игра	Комб	Передачи сверху и снизу двумя	Правила	-формулировать и	Текущий		
	волейбол.	иниро	руками, нижняя прямая подача	игры,	удерживать учебную	,		
		ванны	(совершенствование техники).	технические	задачу.			
		й	Учебная игра.	приёмы.	-контролировать и			
			1		оценивать процесс и			
					результат			
					деятельности			
					- ставить вопросы,			
					обращаться за			
					помощью;			
33	Подача мяча.	Комб	Передачи сверху и снизу двумя	Правила	-формулировать и	Текущий		
33	тодата мита.	ROMO	передали сверху и спизу двумя	правила	40hmynnhoparp n	текущии		

	Учебная игра.	иниро	руками, нижняя прямая подача	игры,	удерживать учебную		
	•	ванны	(совершенствование техники).	технические	задачу.		
		й	Учебная игра.	приёмы.	-контролировать и		
			1		оценивать процесс и		
					результат		
					деятельности		
					- ставить вопросы,		
					обращаться за		
					помощью;		
34	Подача мяча.	Комб	Совершенствование техники	Правила	Сличать способ	Текущий	
	Учебная игра.	иниро	нижней прямой подачи. Учебная	игры,	действия и его		
		ванны	игра в волейбол.	технические	результат; вносить		
		й		приёмы.	дополнения и		
					изменения в		
					выполнение		
					упражнений		
					- осуществлять		
					рефлексию способов и		
					условий действий;		
					узнавать, выделять и		
					использовать в		
					действии		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
					партнёра		
					высказывания		
35	Передача, подачи	Комб	Совершенствование техники	Правила	Сличать способ	Текущий	
	мяча. Учебная	иниро	нижней прямой подачи. Учебная	игры,	действия и его		
	игра.		игра в волейбол.	технические	результат; вносить		
		й		приёмы.	дополнения и		
					изменения в		
					выполнение		
					упражнений		

	T	1	I		T		1
					- осуществлять		
					рефлексию способов и		
					условий действий;		
					узнавать, выделять и		
					использовать в		
					действии		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
					партнёра		
					высказывания		
36	Передача, подачи	Комб	Совершенствование техники	Технические	-сличать способ	Текущий	
	мяча. Учебная	иниро	выполнения подачи. Учебная	,	действия и его		
	игра.	ванны	игра волейбол.	тактические	результат; вносить		
		й		приёмы	дополнения и		
					изменения в		
					выполнение		
					упражнений		
					- осуществлять		
					рефлексию способов и		
					условий действий;		
					узнавать, выделять и		
					использовать в		
					действиях		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
					партнёра		
					высказывания		
37	Учебная игра	Комб	Учебная игра в	Тактические	сличать способ	Текущий	
	волейбол.	иниро		действия	действия и его		
		ванны			результат; вносить		
		й			дополнения и		
					изменения в		
					выполнение		
	1			l			

F	T	,		ı		Γ	1	<del>1</del>
					упражнений			
					- осуществлять			
					рефлексию способов и			
					условий действий;			
					узнавать, выделять и			
					использовать в			
					действиях			
					-вести устный диалог,			
					строить понятные для			
					партнёра			
					высказывания			
38	Передачи мяча у	Комбин	Стойка игрока. Передвижения в	Правила	Организовывать	Текущий		
	стены. Учебная	ирован	стойке. Передача мяча двумя	игры,	совместные занятия			
	игра.	ный	руками сверху над собой, в	судейство.	волейболом со			
			стену.		сверстниками,			
					Осуществлять			
					судейство игры			
39	Передачи мяча	Комбин	Стойка игрока, передвижения в	Правила	описывать технику	Текущий		
	через сетку в	ирован	стойке. Передачи мяча сверху и	игры	игровых действий и			
	парах. Учебная	ный	снизу в парах через сетку.		приемов, осваивать их			
	игра.		Нижняя прямая подача.		самостоятельно,			
			Учебная игра в волейбол.		выявлять и устранять			
					типичные ошибки			
40	Передачи мяча,	Комбин	Стойка игрока, передвижения в	Технические	взаимодействовать со	Текущий		
	подачи. Учебная	ирован	стойке. Передачи мяча сверху и	приёмы	сверстниками в			
	игра.	ный	снизу в парах через сетку.		процессе совместного			
			Нижняя прямая подача.		освоения техники			
			Совершенствование техники.		игровых действий и			
			Учебная игра в волейбол.		приемов, соблюдать			
					правила безопасности.			
41	Передачи мяча над	Комбин	ОРУ. Спец. беговые упр.	Технические	моделировать	Текущий		

	собой. Через сетку в парах. Учебная игра.	ирован ный	Передачи мяча сверху и снизу в парах через сетку. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол.	приёмы	технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.		
42	Учебная игр.	Комбин ирован ный	Стойка игрока. Передвижения в стойке Передача мяча двумя руками сверху в парах. Передача мяча в парах через сетку; Приём мяча снизу двумя руками над собой и через сетку. Учебная игра в волейбол.	Правила игры, технические приёмы	-выполнять учебные действия -самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель -этические чувства	Текущий	
43	Передача мяча в парах. Учебная игра.	Комбин ирован ный	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперёд. Учебная игра в волейбол.	Правила игры, технические приёмы	Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решении- обращаться за помощью	Текущий	
44	Передача мяча в парах. Учебная игра.	Комбин ирован ный	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперёд. Учебная игра в волейбол.	Правила игры, технические приёмы	Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и	Текущий	

Формуларовать проблемы, выбирать эффективные способы решевии-обращаться за помощью деневии-обращаться за помощью деневии упражения деневии деневи деневи деневи д			1	T	T	Γ.		T	
Передачи мяча у стены. Учебная шгра.   Комбин ироват най правила ньй двуж ружами гад сотор и правила най приемом мяча; через сетку с расстояция 3 – 6 м. Учебная игра.   Учетны й упраженения. Передача мяча парах - через штри правила най приемом мяча; через сетку с расстояция 3 – 6 м. Учебная игра.   ОРУ. Специальные беговые игры, тадача мяча парах - через штри приемом мяча; через сетку с расстояция 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.   Правила игры парах, подача мяча в парах - через штри приемом мяча; через сетку в парах, подача мяча в парах - через штри приемом мяча; через сетку в парах, подача мяча в парах - через штри пры пры упраженения. Передача мяча игра.   Правила игры игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.   Приемять игры упражать немы игры игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.   Применять установленные игранила в планировании способа надачна в парах - через штра игры, узажительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.   Применять установленные игранила в планировании способа надачна в парах надачна надачна надачна в парах надачна над						формулировать			
45 Передачи мяча у стены. Учебная игра.   Перавиа мяча нарах прямая подача с 3-6 м: подача мяча в парах - черсз пирину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстоятия 3 6 м. Учебная игра.   Передачи мяча игра, парах, подача мяча в парах терез пирину пларах, подача мяча в парах терез пирину пларах, подача мяча в парах игра в парах, подача мяча в парах нодача мяча в парах игра в парах, подача мяча игра в парах, подача мяча учебная игра.   Передачи мяча игра в парах подача мяча в парах игра в парах в парах игра в последующим приемом мяча; через сетку с расстояння 3 6 м. Учебная игра в волейбол.   Правила в планировании способа   Правила в планировании способа   Прамила в парах игра в парах						проблемы, выбирать			
За помощью   За						эффективные способы			
Передачи мяча у стены. Учебная игран ный ирован игра.   Правила игры, двямя руками еверху в парах подача мяча етсячу, подача мяча парах тарах. Подача мяча парах тарах подача мяча игры игры игры, уважительно относиться к сопершку и упражнения. Передача мяча игры игры, уважительно относиться к сопершку и управлять своими эмопиями.   Применять установленые правила игры игры, уважительно относиться к сопершку и управлять своими эмопиями.   Применять установленые правила в планировании способа в планировании способа репісний-  **Comortorate, размина в парах относиться к сопершку и управлять своими эмопиями.   Применять установленные правила в планировании способа в планировании способа   Правила в правила в планировании способа   Правила в правила в правила в планировании способа   Правила в прав						решении- обращаться			
етепы. Учебпая игра ировап пый двумя руками верху в парах. Приём мяча епизу двумя руками на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через пирину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстоящия 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.  46 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча мяча в ответственность за свои поступки от сетку в парах, подача мяча в парах парах. Подача мяча в парах - через пирину пларах. Подача мяча в парах парах. Подача мяча в парах игра. Истовные игра в волейбол.						за помощью			
игра.  ный двумя руками сверху в парах. Приём мяча синзу двумя руками пад собой и па сетку. Нижняя прямяя подача с 3-6 м: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через пирину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояпия 3 — 6 м. Учебная игра.  46 Передачи мяча учётны игра в волейбол.  47 Передачи мяча учётны игра в парах, подача мяча двярах, подача мяча в парах, подача мяча учерез сетку в парах, подача мяча нарах ответственности относиться к сопернику и упражителия двумя руками сверху и снизу в парах, подача мяча парах подача мяча в парах ответственности относиться к сопернику и упражительно относиться к сопернику и упражительно относиться к сопернику и упражления последующим приемом мяча; через пирину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 — 6 м. Учебная игра в волейбол.	45	Передачи мяча у	Комбин	ОРУ. Специальные беговые	Правила	-адекватная	Текущий		
Приём мяча снизу двумя руками пад собой и па сстку. Нижняя прямая подача с 3-6 м: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширипу площадки с последующим приемом мяча; через сетку в парах, подача мяча в тарах - через ширипу площадки с последача мяча через сетку в парах, подача мяча мяча. Учебная игра в мяча. Учебная игра.  46 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча мяча. Учебная игра. Подача мяча в парах - через ширипу площадки с последующим приемом мяча; через сетку е расстоящия 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.		стены. Учебная	ирован	упражнения. Передача мяча	игры,	мотивация учебной			
руками пад собой и па сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширину плопіадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 — 6 м. Учебная игра в волейбол.  46 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча в тарах - через ширину плопіадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 — 6 м. Учебная игра в волейбол.  47 Правила й решении контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответственность за свои поступки  18 ОРУ. Специальные беговые й упражнения. Передача мяча игры упражнения парах, подача мяча. Учебная игра.  48 Правила игры парах, подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 — 6 м. Учебная игра в волейбол.  19 ОРУ. Специальные беговые игры игры правила игры установленшые правила игры установленшые правила игры установленшые правила игры правила игры правила игры игры правила игры игры управлять своими эмоциями. Применять установленные правила в планировании способа		игра.	ный	двумя руками сверху в парах.	технические	деятельности			
Нижняя прямая подача с 3-6 м: подача мяча в тену; подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.  46 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча. Учебная игра.  ОРУ. Специальные беговые парах, подача двумя руками сверху и снизу в мяча. Учебная игра.  Правила в планировании способа решении- контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответственность за свои поступки  Соблюдать правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Применять установленные правила в планировании способа решении- контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответственность за свои поступки  Соблюдать правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Применять установленные правила в планировании способа				Приём мяча снизу двумя	приёмы	-применять			
подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширипу площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.  46 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча в парах дигра.  47 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча игра.  48 Передачи мяча через сетку в парах деятельного относиться к соперпику и упражительно относиться к соперпику и управлять своими эмощиями. Применять установленные правила в планировании способа				руками над собой и на сетку.		установленные			
мяча в парах - через ширину площадки с последующим приємом мяча; через сетку с расстояния 3 — 6 м. Учебная игра в волейбол.  46 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча. Учебная игра. В парах. Подача мяча в парах - через пирину площадки с последующим приємом мяча; через сетку с расстояния 3 — 6 м. Учебная игра в волейбол.				Нижняя прямая подача с 3-6 м:		правила в			
площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.  46 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча лавумя руками сверху и снизу в парах, Подача мяча в парах игра.  47 Через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку е расстояния 3 – 6 м. Учебная игра.  48 Передачи мяча через сетку в парах двумя руками сверху и снизу в парах, Подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку е расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.				подача мяча в стену; подача		планировании способа			
приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.  46 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча мяча в парах . Подача мяча в парах . Подача мяча в парах . Подача мяча игра.  47 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча парах . Подача мяча в парах - через пирину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.				мяча в парах - через ширину		решении-			
расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.  46 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча игра.  47 Подача мяча учебная и упражнения. Передача мяча игры игры, уважительно относиться к сопернику и через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.				площадки с последующим		контролировать и			
игра в волейбол.  46 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча. Учебная игра.  47 Учебная игра.  48 Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча игры.  49 Передачи мяча через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.				приемом мяча; через сетку с		оценивать процесс и			
Самостоятельная и личная ответственность за свои поступки   Правила игры игры, уважительно   ОРУ. Специальные беговые упражнения. Передача мяча игры упражнения. Передача мяча игры упражительно относиться к сопернику и управлять своими управлять своими управлять своими управлять своими управлять своими управлять установленные правила в планировании способа				расстояния 3 – 6 м. Учебная		результат своей			
Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча игра.   Правила игра.   Правила игра в волейбол.   Правила иторы игра в волейбол.   Правила иторы игра   Правила игра   Правила игра   Правила игры, уважительно относиться к сопернику и упражления парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.   Применять установленные правила в планировании способа				игра в волейбол.		деятельности			
ОРУ. Специальные беговые через сетку в парах, подача мяча. Учебная игра.   Правила игры, уважительно относиться к парах. Подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.   ОРУ. Специальные беговые свои поступки   Правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими управлять своими эмоциями.   Применять установленные правила в планировании способа						-самостоятельная и			
Свои поступки   Соблюдать правила игры   Соблюдать правила игры   Иравила игры   ОРУ. Специальные беговые упражнения. Передача мяча игры игры, уважительно относиться к опернику и управлять своими управлять своими нерез ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.   ОРУ. Специальные беговые правила игры (Соблюдать правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими управлять своими управлять своими управлять своими и игры игры игры игры игры игры игры и						личная			
46         Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча. Игра.         Учётны й упражнения. Передача мяча упражнения. Передача мяча игры игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.         ОРУ. Специальные беговые управила игры игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.           Игра.         Правила игры игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.         Применять установленные правила в планировании способа						ответственность за			
через сетку в парах, подача мяча игры игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.						свои поступки			
парах, подача мяча. Учебная парах. Подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.	46	Передачи мяча	Учётны	ОРУ. Специальные беговые	Правила	Соблюдать правила			
мяча. Учебная парах. Подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол. Применять установленные правила в планировании способа		через сетку в	й	упражнения. Передача мяча	игры	игры, уважительно			
игра.  через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол.  правила правила в планировании способа		парах, подача		двумя руками сверху и снизу в		относиться к			
последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 Применять установленные правила в планировании способа		мяча. Учебная		парах. Подача мяча в парах -		сопернику и			
через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра в волейбол. Применять установленные правила в планировании способа		игра.		через ширину площадки с		управлять своими			
м. Учебная игра в волейбол.  установленные правила в планировании способа				последующим приемом мяча;		эмоциями.			
правила в планировании способа				через сетку с расстояния 3 – 6		Применять			
планировании способа				м. Учебная игра в волейбол.		установленные			
						правила в			
решении						планировании способа			
						решении			

47	Учебная игра в волейбол.	Комбин ирован ный	Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, подача мяча в парах. Учебная игра в волейбол.	Правила игры	описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки	Текущий	
48	Передача мяча. Учебная игра.	Комбин ирован ный	Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, подача мяча в парах. Учебная игра в волейбол.	Тактика игры, техника	описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки	Текущий	
49	Подача мяча. Учебная игра.	Комбин ирован ный	Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, подача мяча в парах. Учебная игра в волейбол.	Тактика игры, техника	описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки	Текущий	
50	Передача мяча. Учебная игра.	Комбин ирован ный	Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, подача мяча в парах. Учебная игра в волейбол.	Тактика игры, техника	описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки	Текущий	
51	Передачи, подача мяча. Учебная игра	Комбин ирован ный	Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, подача мяча в парах. Учебная игра в волейбол.	Тактика игры, техника	Соблюдать правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Применять	Текущий	

		1			VOTOVODBOVIVA		
					установленные		
					правила в		
					планировании способа		
					решения		
52	Передачи, подача	Комбин	Передача мяча двумя руками	Тактика	Соблюдать правила	Текущий	
	мяча. Учебная	ирован	сверху и снизу в парах, подача	игры,	игры, уважительно		
	игра	ный	мяча в парах. Учебная игра в	техника	относиться к		
			волейбол.		сопернику и		
					управлять своими		
					эмоциями.		
					Применять		
					установленные		
					правила в		
					планировании способа		
					решения		
53	Передачи мяча у	Комбин	Передача мяча двумя руками	Тактика	Соблюдать правила	Текущий	
	стены, через сетку	ирован	сверху и снизу в парах, подача	игры,	игры, уважительно	,	
	в парах, подачи	ный	мяча в парах. Учебная игра в	техника	относиться к		
	мяча. Учебная		волейбол.		сопернику и		
	игра.				управлять своими		
					эмоциями.		
					Применять		
					установленные		
					правила в		
					планировании способа		
					решения		
					-		
54	Передачи мяча у	Комбин	Передача мяча двумя руками	Тактика	Соблюдать правила		
	стены, через сетку	ирован	сверху и снизу в парах, подача	игры,	игры, уважительно		
	в парах, подачи	ный	мяча в парах. Учебная игра в	техника	относиться к		
	мяча. Учебная		волейбол.		сопернику и		
	игра.				управлять своими		
	_				ЭМОЦИЯМИ.		

					Применять установленные правила в планировании способа решения		
55	Учебная игра волейбол.	Комбин ирован ный	Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, подача мяча в парах— учёт. Учебная игра в волейбол.	Тактика игры, техника	организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками, Осуществлять судейство игры.	Текущий	
56	Учебная игра волейбол.	Комбин ирован ный	Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, подача мяча в парах— учёт. Учебная игра в волейбол.	Тактика игры, техника	организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками, Осуществлять судейство игры.	Текущий	

### Раздел - Гимнастика 12 часов

57	Т/б на уроках	Учётн	Строевые упражнения.	Акробатика	- выполнять действия	Текущий		
	гимнастики.	ый	Повороты на месте,		в соответствии с			
	Основы знаний.		перестроения из колонны по 1 в		поставленной задачей			
	Строевые		колонну по 2, 4. ОРУ.		-самостоятельно			
	упражнения.		Кувырки вперед, назад. Стойка		выделять и			
	Акробатика.		на лопатках перекатом назад.		формулировать			
					познавательную цель			
					- слушать			
					собеседника,			

					формулировать свои		
					затруднения		
58	Акробатика		. Строевой шаг. Повороты на	Кувырки,	- использовать речь	Текущий	
			месте. Кувырок вперёд, назад.	стойка,	для регуляции своего		
			Упражнения на гибкость.	мост,	действия		
			Эстафеты.	перекат,	- применять правила и		
				соскок	пользоваться		
					инструкциями		
					- управление		
					коммуникаций		
					координировать и		
					принимать различные		
					позиции во		
					взаимодействие		
59	Акробатика	Комби	Строевые упражнения. ОРУ.	Кувырки,	- выполнять действия	Текущий	
		нирова	Кувырки вперед, назад.	стойка,	в соответствии с		
		нный	Кувырок назад через стойку на	мост,	поставленной задачей		
			руках с помощью. Стойка на	перекат	-самостоятельно		
			лопатках перекатом назад. Мост		выделять и		
			из положения лежа. Стойка на		формулировать		
			голове.		познавательную цель		
					- слушать		
					собеседника,		
					формулировать свои		
					затруднения		
60	Акробатика	Комби	Строевые упражнения. ОРУ.	Кувырки,	- формулировать и	Текущий	
		нирова	Кувырки вперед, назад.	стойка,	удерживать учебную		
		нный	Кувырок назад через стойку на	мост,	задачу		
			руках с помощью. Стойка на	перекат	-ориентироваться в		
			лопатках перекатом назад. Мост		разнообразии		
			из положения лежа. Стойка на		способов решения		
			голове. Упражнения на		задач		
			гибкость.		- слушать		

					собеседника, задавать		
					вопросы,		
					использовать речь		
61	Акробатика.	Комби	Строевые упражнения. ОРУ.	Акробатичес	- формулировать и		
	Перекладина.	нирова	Кувырки вперед, назад.	кая	удерживать учебную		
		нный	Кувырок назад через стойку на	комбинация	задачу		
			руках с помощью. Стойка на		-ориентироваться в		
			лопатках перекатом назад. Мост		разнообразии		
			из положения лежа. Стойка на		способов решения	«5» «4» «3»	
			голове. Подтягивание: юноши		задач	12 10 5	
			- на высокой перекладине.		- слушать		
					собеседника, задавать		
					вопросы,		
					использовать речь		
62	Перекладина.	Учётн	Строевые упражнения. ОРУ.	Акробатичес	- формулировать и	Текущий	
	Брусья.	ый	Подьем переворотом на	кая	удерживать учебную		
			перекладине. Подьем разгибом	комбинация	задачу		
			– сед ноги врозь, соскок махом		-ориентироваться в		
			назад.		разнообразии		
					способов решения		
					задач		
					- слушать		
					собеседника, задавать		
					вопросы,		
					использовать речь		
63	Перекладина.	Изучен	Перестроение из колонны по 1 в	Вскок в упор	Использовать	Текущий	
	Брусья	ие	колонны по 3,4. ОРУ с г	присев	установленные	-	
		нового	скакалками. Вскок в упор		правила в контроле		
		матери	присев. Соскок прогнувшись.		способа решения		
		ала	Подтягивание на перекладине.		-ставить и		
			Подъём переворотом		формулировать		
					проблему.		
					- договариваться о		
					- договариваться о		

распределение функций и ролей в совместной деятельности  64 Перекладина. Брусья. Нирова нный колонны по 3,4. ОРУ с г скакалками. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Подтягивание на перекладине. Подъём переворотом. Подъём переворотом. Подъём переворотом. Подъём переворотом.	
Совместной деятельности   Совместно деятельн	
Способы   Брусья.   Перестроение из колонны по 1 в   Способы   Брусья.   Перестроение из колонны по 3,4. ОРУ с г   колонны по 1 в   колонны по 3,4. ОРУ с г   колонны по 3,4. ОРУ с г   колонны по 3,4. ОРУ с г   колонны по 1 в   колонны по 3,4. ОРУ с г   колонны по 4,4 к	
Перекладина.   Комби нирова нивова нный   Перестроение из колонны по 1 в колонны по 3,4. ОРУ с г какалками. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Подтягивание на перекладине. Подъём переворотом.   Подъём переворотом.   Подтагивание на перекладине на перек	
Брусья.  нирова нный колонны по 3,4. ОРУ с г скакалками. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Подтягивание на перекладине. Подъём переворотом.  подъём переворотом.  подъём переворотом.  подъём переворотом.  колонны по 3,4. ОРУ с г из физ правила в контроле способа решения -ставить и формулировать проблему договариваться о распределение функций и ролей в совместной	
нный скакалками. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Подтягивание на перекладине. Подъём переворотом.	
присев. Соскок прогнувшись. Подтягивание на перекладине. Подъём переворотом.  нагрузок  способа решения  -ставить и формулировать проблему.  - договариваться о распределение функций и ролей в совместной	
Подтягивание на перекладине. Подъём переворотом.  -ставить и формулировать проблему договариваться о распределение функций и ролей в совместной	
Подъём переворотом.  формулировать проблему договариваться о распределение функций и ролей в совместной	
проблему договариваться о распределение функций и ролей в совместной	
- договариваться о распределение функций и ролей в совместной	
распределение функций и ролей в совместной	
функций и ролей в совместной	ı
функций и ролей в совместной	
совместной	
леятельности	
65 Опорный прыжок. Комби ОРУ. Прыжок через козла в Правила -вносить дополнения Текущий	
Канат. нирова длину способом «ноги врозь» соревновани и изменения в план и	
нный высота до 125 см. й способ действия в	
случае расхождения	
Лазанье по канату способом в действия и его	
«три приема». результат	
-контролировать	
процесс и результат	
деятельности.	
- определять общую	
цель и пути её	
достижения	
66 Опорный прыжок. Комби ОРУ. Прыжок через коня в Название -вносить дополнения	
Канат. нирова длину высота 110-120 см. г/снарядов и изменения в план и	
нный способом «ноги врозь». способ действия в	
случае расхождения	
Лазанье по канату способом в действия и его	1

			«три приема».		результата			
			Прыжки на скакалке - на		-контролировать	«5» «4»	«3»	
			результат. (30 сек.)		процесс и результат	75 70	60	
					деятельности.			
					- определять общую			
					цель и пути её			
					достижения			
67	Опорный прыжок.	Комби	Опорный прыжок через коня в	Название	-вносить дополнения			
	Канат.	нирова	длину высота 110-120 см.	г/снарядов	и изменения в план и			
		нный	способом «ноги врозь».		способ действия в			
			Лазанье по канату способом в		случае расхождения			
			« три приема» – учет.		действия и его			
					результата			
					-контролировать			
					процесс и результат			
					деятельности.			
					- определять общую			
					цель и пути её			
					достижения			
68	Опорный прыжок.	Учётн	Опорный прыжок- учет.	Название	-вносить коррективы			
	Полоса	ый	Полоса препятствий из	г/снарядов	в действие после его			
	препятствий из		освоенных элементов.		завершения на основе			
	освоенных				его оценки и учёта			
	элементов				сделанных ошибок			
					-контролировать			
					процесс и результат			
					деятельности			
					- формулировать			
					собственное мнение и			
					позицию;			
					формулировать свои			
					затруднения			

			Раздел - Н	<b>Гастольный те</b>	ннис 8 ч.	
69	Т/б на уроках	Изучен	ОРУ, СБУ. Стойки игрока. Хват	Правила	Соблюдать правила	Текущий
	настольного	ие	ракетки. Упражнения с	игры.	игры, уважительно	
	тенниса. Правила	нового	ракеткой и шариком	Технические	относиться к	
	игры в настольный	матери		приёмы	сопернику и	
	теннис.	ала			управлять своими	
					эмоциями.	
					Применять	
					установленные	
					правила в	
					планировании способа	
					решения.	
70	Подача и прием	Комби	Выполнение подачи.	Технические	моделировать технику	Текущий
	подачи.	нирова	Необходимо обращать	приёмы,	игровых действий и	
		нный	внимание на правильное	правила	приемов, варьировать	
			положение ног, подброс мяча,	игры	ее в зависимости от	
			точку удара.		ситуаций и условий,	
					возникающих в	
					процессе игровой	
					деятельности.	
71	Удары справа и	Комби	Игра срезкой на удержание	Технические	описывать технику	Текущий
	слева по разным	нирова	мяча. Выполнение ударов с	приёмы,	игровых действий и	
	траекториям и	нный	направлением мяча по прямой и	правила	приемов, осваивать их	
	направлениям.		по диагонали.	игры	самостоятельно,	
					выявлять и устранять	
					типичные ошибки	
72	Удар накатом.	Комби	Выполнение ударов по прямой	Технические	описывать технику	Текущий
	Учебная игра.	нирова	и по диагонали.	приёмы,	игровых действий и	
		нный		правила	приемов, осваивать их	
				игры	самостоятельно,	
					выявлять и устранять	

					типичные ошибки		
73	Совершенствовани	Комби	Закрытые комбинации из 2-3	Технические	Вносить коррективы в	Текущий	
	е точности ударов	нирова	ударов. Игра накатом и толчком	приёмы,	выполнение		
	накатами и	нный	справа и слева по прямой и	судейство	правильных действий		
	толчком.		диагонали.		упражнений, сличать		
	Учебная игра.				с заданным эталоном		
					-ставить и		
					формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решения		
74	Подача и	Комби	Розыгрыш с подачи по всему	Технические	выполнять учебные	Текущий	
	завершение атаки.	нирова	столу с использованием всех	приёмы,	действия		
	Учебная игра.	нный	технических действий и	судейство	-самостоятельно		
			завершением розыгрыша.		выделять и		
					формулировать		
					познавательную цель		
75	Учебная игра.	Комби	Розыгрыш с подачи по всему	Технические	моделировать технику	Текущий	
		нирова	столу с использованием всех	приёмы,	игровых действий и		
		нный	технических действий и	судейство	приемов, варьировать		
			завершением розыгрыша.		ее в зависимости от		
					ситуаций и условий,		
					возникающих в		
					процессе игровой		
					деятельности.		
76	Учебная игра.	Комби	Розыгрыш с подачи по всему	Технические	•	Текущий	
		нирова	столу с использованием всех	приёмы,	игровых действий и		
		нный	технических действий и	судейство	приемов, варьировать		
			завершением розыгрыша.		ее в зависимости от		
					ситуаций и условий,		
					возникающих в		

					процессе игровой		
					деятельности.		
			Разпал - Сп		<u> </u> ы (баскетбол) 8ч		
			т аздел - Сп	ортивные игр	ы (оаскетоол) оч		
77	Т/б на уроках	Изучен	ТБ на уроках спортивных игр	ТБ на	-адекватная	Текущий	
	баскетбола.	ие	(б/б). Стойка и передвижения	уроках	мотивация учебной		
	Ведение мяча.	нового	(приставными шагами боком,	спортивных	деятельности		
	Передача мяча.	матери	лицом, спиной вперёд) игрока,	игр	-применять		
		ала	остановки прыжком. Ведение		установленные		
			мяча на месте и в движении.		правила в		
			Ловля и передача двумя руками		планировании способа		
			от груди на месте в парах.		решения		
					контролировать и		
					оценивать процесс и		
					результат своей		
					деятельности		
					-самостоятельная и		
					личная		
					ответственность за		
					свои поступки		
78	Ведение мяча.	Комби	Терминология баскетбола.	Терминолог	-адекватная	Текущий	
	Передача мяча.	нирова	Стойка и передвижения игрока,	ия	мотивация учебной		
	Бросок мяча одной	нный	остановки прыжком. Повороты	баскетбола	деятельности		
	рукой.		без мяча и с мячом. Ведение		-применять		
			мяча на месте Ловля и передача		установленные		
			двумя руками от груди на месте		правила в		
			в парах. Бросок мяча одной		планировании способа		
			рукой.		решения		
					контролировать и		
					оценивать процесс и		
					результат своей		
					деятельности		

					-самостоятельная и		
					личная		
					ответственность за		
	_			_	свои поступки		
79	Ведение, передачи,	Комби	Стойка и передвижения игрока,	Терминолог	Вносить коррективы	Текущий	
	перехват мяча.	нирова	остановки прыжком. Повороты	ия	в выполнение		
	Учебная игра.	нный	без мяча и с мячом. Ведение	баскетбола	правильных действий		
			мяча на месте Ловля и передача		упражнений, сличать		
			двумя руками от груди на месте		с заданным эталоном		
			в парах. Стритбол 3х3		-ставить и		
					формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении- обращаться		
					за помощью		
80	Ведение, передачи,	Комби	Стойка и передвижения игрока,	Терминолог	-выполнять учебные	Оценка техники	
	бросок мяча.	нирова	остановки прыжком. Повороты.	ия	действия	стойки,	
	Учебная игра	нный	Ведение мяча на месте. Ловля и	баскетбола	-самостоятельно	передвижений	
	1		передача двумя руками от груди		выделять и	•	
			на месте в парах. Стритбол 3х3.		формулировать		
					познавательную цель		
					-этические чувства		
81	Ведение мяча.	Комби	Правила игры. Стойка и	Правила	Вносить коррективы	Текущий	
	Передачи мяча.	нирова	передвижения игрока,	игры .	в выполнение		
	Бросок мяча одной	нный	остановки прыжком. Повороты.	1	правильных действий		
	рукой. Учебная		Ведение мяча на месте. Ловля и		упражнений, сличать		
	игра.		передача двумя руками от груди		с заданным эталоном		
	1		на месте в парах с шагом.		-ставить и		
			Стритбол 3х3.		формулировать		
			1		проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении- обращаться		
					за помощью		
					за помощью		

82	Ведение мяча, передачи. Бросок мяча одной рукой. Учебная игра.	Комби нирова нный	Стойка и передвижения игрока, остановки двумя шагами. Повороты. Ведение мяча в движении шагом. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок одной рукой от головы с места. Стритбол 3х3.	Правила игры.	-выполнять учебные действия -самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель -этические чувства	Оценка техники ведения мяча на месте
83	Ведение. Передачи, бросок мяча одной рукой. Учебная игра.	Изучен ие нового матери ала	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Бросок двумя руками снизу в движении. Стритбол 3х3.	Правила игры.	Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решении- обращаться за помощью	Текущий
84	Ведение, броски мяча. Учебная игра.	Комби нирова нный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Стритбол 3х3.	тактика игры	Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решении- обращаться за помощью	Оценка техники ведения мяча с изменением направления
			Раздел	- Лёгкая атл	,	
85	Т/б на уроках л/а.		Инструктаж по технике	Правила	-формулировать и	Текущий

	Основы знаний.	Изуче	безопасности. Инструктаж по л/а.	поведения,	учебную задачу;		
	Тесты.	ние	Повторение ранее пройденных	техника	выбирать действия в		
	Спортигры.	НОВОГ	строевых упражнений.	безопасност	соответствии с		
	Спорттры.	0	Специальные беговые	и на уроках.	поставленной задачей		
		матер	упражнения. Высокий старт(15-	Спринтерск	и условиями её		
		иала	20 м.) и бег с ускорением.	ий бег,	реализации.		
		Нала	Спортигры (волейбол, баскетбол,	высокий	-использовать общие		
			футбол).		приёмы решения		
			φίου.	старт	поставленных задач,		
					ставить вопросы,		
					обращаться за		
96	I/	I/ and	Vaccasia Tarana Tarana	C	помощью		
86	Кроссовая	Комб	Кроссовая подготовка. Бег 5-6 мин. Специальные беговые	Спринтерск	-использовать общие		
	подготовка.	иниро	, ,	ий бег,	приёмы решения		
	Высокий старт.	ванны	упражнения. Высокий старт и	высокий	поставленных задач,		
	Старт с опорой на	й.	скоростной бег до 40 метров (2	старт	ставить вопросы,	7 4 2	
	одну руку.		серии). Бег с ускорением (30 – 40		обращаться за	«5» «4» «3»	
	Бег 30 м.		м) с максимальной скоростью.		помощью	4,6 4,8 5,1	
	Спортигры.		Старты из различных и. п.				
			Бег 30 м – учет.				
			Спортигры (волейбол, баскетбол,				
			футбол).				
87	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 6-7	Стартовый	-формулировать и		
	подготовка.	ый	мин. Специальные беговые	разгон	удерживать учебную		
	Высокий старт.		упражнения. Высокий старт и		задачу.		
	Старт с опорой на		скоростной бег до 40 метров (2		- контролировать и	«5» «4» «3»	
	одну руку.		серии). Бег с ускорением (30 – 40		оценивать процесс и	8,2 8,5 9,0	
	Бег 60 м.		м) с максимальной скоростью.		результат		
	Спортигры.		Старты из различных и. п.		деятельности		
			Бег 60 м – учет.		-формулировать		
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		собственное мнение		
			футбол).		-адекватная		

					мотивация учебной				
					деятельности				
88	Кроссовая		Кроссовая подготовка. Бег 6-7	Техника	-формулировать и				
	подготовка. Старт		мин. Спец. беговые упр. Бег от	бега,	удерживать учебную				
	с опорой на одну		200 до 1000 м. Бег с ускорением.	ускорение.	задачу.	«5»	«4»	«3»	
	руку. Бег 150 м.		Бег 150 м – учет.	ускорение.	- контролировать и	20	23	27	
	Спортигры.		Спортигры (волейбол, баскетбол,		оценивать процесс и	20	23	21	
	Спортигры.		футбол).		результат				
			ψίτουπ).		деятельности				
					-формулировать собственное мнение				
					-адекватная				
					мотивация учебной				
00	IC	37	IC	T	деятельности				
89	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 6-7	Техника	-формулировать и	_	4	2	
	подготовка	ый	мин. Спец. беговые упр. Бег от	бега,	удерживать учебную	«5»		«3»	
	Старт с опорой на		200 до 1000 м. Бег с ускорением.	ускорение.	задачу.	1.05	1.10	1.15	
	одну руку.		Бег 300 м. –учет.		-контролировать и				
	Бег 300 м.		Спортигры (волейбол, баскетбол,		оценивать процесс и				
	Спортигры.		футбол).		результат				
					деятельности				
					-ставить вопросы,				
					обращаться за				
					помощью;				
90	Кроссовая		Кроссовая подготовка. Бег 6-7	Техника	-формулировать и	Текуі	ций		
	подготовка		мин.	метания	удерживать учебную				
	Метание мяча на		ОРУ для рук и плечевого пояса в		задачу.				
	дальность и на		ходьбе. Специальные беговые		-контролировать и				
	заданное		упражнения. Прыжковые		оценивать процесс и				
	расстояние.		упражнения, выполняемые		результат				
			сериями (с ноги на ногу, толкаясь		деятельности				
			вверх. Метание теннисного мяча		-ставить вопросы,				
			с 4 – 5 шагов разбега на		обращаться за				

			дальность и на заданное расстояние.		помощью;			
91	Vnoccopog	Комб	Кроссовая подготовка. Бег 6-7	TOVINICO	формунировати			
91	Кроссовая		•	техника	-формулировать учебную задачу.			
	подготовка Метание мяча на	иниро ванны	мин. ОРУ для рук и плечевого пояса в	метания	-определять, где			
	дальность и на	й	ходьбе. Специальные беговые		применяются			
	заданное	l II	упражнения. Прыжковые		действия с мячом			
	расстояние.		упражнения, выполняемые		-адекватная			
	Бег 400 м.		сериями (с ноги на ногу, толкаясь		мотивация учебной			
	Спортигры.		вверх. Метание теннисного мяча		деятельности			
	спортигры:		с 4 – 5 шагов разбега на		деятельности	«5» «4»	«3»	
			дальность и на заданное			1,20 1,30		
			расстояние.			1,20 1,30	1,10	
			Бег 400 м – учет.					
			Спортигры ( волейбол,					
			баскетбол, футбол).					
92	Кроссовая	Комб	Кроссовая подготовка. Бег 6-7	техника	-формулировать			
	подготовка.	иниро	мин.	метания	учебную задачу.			
	Метание мяча на	ванны	ОРУ для рук и плечевого пояса в		-определять, где			
	дальность и на	й	ходьбе. Специальные беговые		применяются			
	заданное		упражнения. Прыжковые		действия с мячом	«5» «4»	«3»	
	расстояние.		упражнения, выполняемые		-адекватная	1,30 1,40	1,50	
	Бег 500 м.		сериями (с ноги на ногу, толкаясь		мотивация учебной			
	Спортигры.		вверх. Метание теннисного мяча		деятельности			
			с 4 – 5 шагов разбега на					
			дальность и на заданное					
			расстояние.					
			Бег 500 м – учет.					
			Спортигры (волейбол, баскетбол,					
			футбол).					

93	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка . Бег 6-7	техника	-формулировать				
	подготовка.	ый	мин. ОРУ для рук и плечевого	метания	учебную задачу.				
	Метание мяча на		пояса в ходьбе. Специальные		-определять, где				
	дальность и на		беговые упражнения.		применяются				
	заданное		Прыжковые упражнения,		действия с мячом	«5»	«4»	«3»	
	расстояние.		выполняемые сериями (с ноги на		-адекватная	42	37	29	
	Прыжок в длину с		ногу, толкаясь вверх.		мотивация учебной				
	разбега.		Метание теннисного мяча –	Техника	деятельности				
	Спортигры.		учет.	выполнения					
			Прыжок в длину с разбега.						
			Спортигры (волейбол,						
			баскетбол, футбол).						
94	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 7-8	Техника	коррекция-вносить	«5»	«4»	«3»	
	подготовка.	ый	мин. ОРУ. Специальные беговые	выполнения	дополнения и	235	220	210	
	Прыжок в длину с		упражнения. Прыжковые		изменения в				
	места.		упражнения, многоскоки.		выполнение				
	Спортигры.		Прыжок в длину с места – учет.		упражнений				
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		-осуществлять				
			футбол).		рефлексию способов и				
					условий действий;				
					узнавать, выделять и				
					использовать в				
					действии				
					-вести устный диалог,				
					строить понятные для				
					партнёра				
					высказывания				
95	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 8-9	техника	коррекция-вносить				
	подготовка.	ый	мин. Бег в среднем темпе.	прыжка	дополнения и	«5»		«3»	
	Прыжок в длину с		ОРУ. Специальные беговые		изменения в	440	420	390	
	разбега.		упражнения. Прыжковые		выполнение				
	Спортигры.		упражнения, многоскоки.		упражнений				
			Прыжки в длину с разбега-		-осуществлять				

			VHOT		рефлексию способов и		
			yuer.		* *		
			Спортигры ( волейбол,		условий действий;		
			баскетбол, футбол).		узнавать, выделять и		
					использовать в		
					действии		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
					партнёра		
					высказывания		
96	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 6-7	Техника	коррекция-вносить		
	подготовка.	ый	мин Бег в среднем темпе. ОРУ в	бега	дополнения и		
	Бег 1000 м.		движении. Специальные беговые		изменения в		
	Спортигры.		и прыжковые упражнения,		выполнение		
			многоскоки.		упражнений		
			Бег 1000 м- учет.		-осуществлять		
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		рефлексию способов и		
			футбол).		условий действий;		
					узнавать, выделять и		
					использовать в		
					действии		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
					партнёра		
					высказывания		
97	Кроссовая		Кроссовая подготовка. Бег 5-6	Техника	коррекция-вносить		
	подготовка.		мин.	бега	дополнения и		
	Спортигры.		Бег в среднем темпе. ОРУ в		изменения в		
			движении. Специальные беговые		выполнение		
			и прыжковые упражнения,		упражнений		
			многоскоки.		-осуществлять		
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		рефлексию способов и		
			футбол).		условий действий;		
			17-300).		узнавать, выделять и		
				1	узнавать, выдолить н		

98	Кроссовая подготовка. Спортигры. Челночный бег.		Кроссовая подготовка. Бег 4-5 мин. Бег в среднем темпе. ОРУ в движении. Специальные беговые и прыжковые упражнения, многоскоки. Челночный бег 3х10 – учет. Спортигры (волейбол, баскетбол, футбол).	Техника бега	использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра	«5» «4» «3» 7,3 7,8 8,0	
99	Кроссовая подготовка. Спортигры.	Учётн ый	Кроссовая подготовка. Бег 4-5 мин. Бег в среднем темпе. ОРУ в движении. Специальные беговые и прыжковые упражнения. Спортигры (волейбол, баскетбол, футбол).	Техника прыжка в длину	сличать способ действия и его результат; корректировать выполнение упражнений - способов и условий действий; -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания		
100	Кроссовая подготовка.	Учётн ый	Кроссовая подготовка. Бег 3-4 мин. Бег в среднем темпе. ОРУ.	Бег на средние	-определять общую цель и пути её	Контрольное упражнение-	

	T -:	1	T	ı		T =	
	Спортигры.		Специальные беговые	дистанции	достижения;	бег 1000м:	
			упражнения.		прогнозирование	«5»- 3,50; «4»-	
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		результата	4,00 «3»-4,30	
			футбол).		-выбирать более		
					эффективные способы		
					решения,		
					контролировать		
					выполнение задания		
101	Кроссовая	Учётн	Кроссовая подготовка. Бег 3-4	Бег на	определять общую	Контрольное	
	подготовка. Бег	ый	мин Бег в среднем темпе. ОРУ.	средние	цель и пути её	упражнение-	
	3000 м.		Специальные беговые	дистанции	достижения;	бег 3000м:	
	Спортигры.		упражнения. Бег 3000 м учет.		прогнозирование	«5»- 15,00 «4»-	
			Спортигры (волейбол, баскетбол,		результата	16,00 «3»-17,00	
			футбол).		-выбирать более		
					эффективные способы		
					решения,		
					контролировать		
					выполнение задания		
102	Кроссовая	Комб	Бег в среднем темпе. ОРУ.	Техника	определять общую		
	подготовка. Бег	иниро	Спортигры (волейбол, баскетбол,	бега	цель и пути её		
	10-12 мин.	ванны	футбол).		достижения;		
	Спортигры.	й	Подведение итогов учебного		прогнозирование		
	Подведение итогов		года.		результата		
	учебного года.				-выбирать более		
					эффективные способы		
					решения,		
					контролировать		
					выполнение задания		