

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа
с углубленным изучением отдельных предметов № 36»



РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения
Руководитель МО

Т.Л. Горбатова Т.Л. Горбатова

Протокол от «24» августа 2022 г. № 1

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

М.Ю. Кулебякина М.Ю. Кулебякина

«30» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МОУ «Средняя школа № 36»

Т.И. Юркина Т.И. Юркина

Приказ от «31» августа 2022г
№ 03-08/196

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

учебного предмета
«Физическая культура»

для 8 Б класса основного общего образования

Составитель: Горбатова Тамара Леонидовна
учитель физической культуры

2022-2023 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативная правовая основа программы

Нормативно-правовую основу настоящей программы по учебному предмету «Физическая культура» составляют следующие документы:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 3 августа 2018 г. № 317-ФЗ «О внесении изменений в статьи 11 и 14 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;

приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в редакции приказа Минобрнауки России от 31 декабря 2015 г. № 1577);

приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

Программа разработана на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (для 5-9 классов) к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету «Физическая культура», входящему в образовательную область «Физическое воспитание».

Рабочая программа составлена в соответствии с программой В.И. Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», М., Просвещение, 2012г.

- Учебного плана школы на 2022-2023 учебный год;

Количество часов: 68 (в неделю 2 часа).

Уровень программы (базовый)

Для каких обучающихся составлена программа (опираясь на реальные недостатки в обученности - результат обучения) для общеобразовательных классов и классов компенсирующего обучения

УМК учителя Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», М., Просвещение, 2012г.

УМК обучающегося Учебник для общеобразовательных учреждений. Физкультура. 8- 9 классы. ФГОС: под общ. редакцией Лях В.И. Издательство: Просвещение, 2014 г.

Цель школьного физического воспитания - 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.

Задачи:

1. Содействие гармоническому физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
2. Обучение основам базовых видов двигательных действий;
3. Дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
4. Выработку представлений о физической культуре личности и приемов самоконтроля;
5. Углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
6. Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
7. Выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
8. Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
9. Воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
10. Содействие развитию психических процессов и обучение основам психической само регуляции.

Уроки физической культуры - это основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета.

Воспитательные и оздоровительные задачи решаются на каждом уроке. При воспитании нравственных и волевых качеств важно учитывать возрастные особенности личности подростка.

Общая характеристика учебного процесса

Предметом обучения физической культуры в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития свойств и качеств, соблюдением гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актах Российской Федерации, в том числе:

1. Требований к результатам освоения образовательных программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования;
2. Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
3. Закон «Об образовании»;
4. Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
5. Примерной программы основного общего образования;
6. Приказа Минобрнауки от 31 декабря 2015 г. № 1577:

Место учебного предмета в учебном плане

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 11 класс из расчета 2 часа в неделю: в 8 классе – 68 часов.

Описание ценностных ориентиров учебного предмета «Физическая культура»

Содержание учебного предмета «Физическая культура», направлена на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические умения и навыки, способы познавательной и предметной деятельности.

Ценностные ориентиры образования конкретизируют личностный, социальный и государственный заказ в системе образования, выраженный в требованиях к результатам освоения основной образовательной программы, и отражают целевые установки системы начального общего образования:

- Формирование основ гражданской идентичности личности на базе:
 - чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознания ответственности человека за благосостояние общества;
 - Формирование психологических условий развития общения, сотрудничества на основе:
 - доброжелательности, доверия и внимания к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
 - уважения к окружающим – умения слышать и слушать партнера, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учетом позиции всех участников.
 - Развитие ценностно-смысловой сферы личности на основе общечеловеческих принципов нравственности и гуманизма:
 - принятие и уважения ценностей семьи и образовательного учреждения, коллектива и общества, и стремления следовать им;
 - ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей, развитие этических чувств (стыда, вины, совести) как регуляторов морального поведения;
 - Развитие умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию, а именно:
 - развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;
 - формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);
 - Развитие самостоятельности, инициативы и ответственности личности как условия ее самоактуализации:
 - формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе, готовности открыто выражать и отстаивать свою позицию, критичности к своим поступкам и умению адекватно их оценивать;
 - развитие готовности к самостоятельным поступкам и действиям, ответственности за их результаты;
 - формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, готовности к преодолению трудностей и жизненного оптимизма;
- формирование умения противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью, безопасности личности и общества, в пределах своих возможностей, в частности проявлять изобретательность к информации, уважать частную жизнь и результаты труда других людей.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 8 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

- Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- Знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;

- Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 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 дорогах.

В области познавательной культуры:

- Владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

В области нравственной культуры:

- Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований.

В области трудовой культуры:

- Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок, отдыха;
- Умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- Умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;
- Формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- Владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнерами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности.

В области физической культуры:

- в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60м из положения высокого старта; в равномерном темпе бегать до 12 минут; после быстрого разбега с 7-9 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 3-5 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание»;

- в метаниях на дальность с 4-5 шагов разбега. Метать теннисный мяч с места, в горизонтальную и вертикальную цели;

- в гимнастических и акробатических упражнениях: освоение строевых упражнений; выполнять комбинацию мальчики – висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе; девочки – смешанные висы; подтягивание из виса лежа; опорный прыжок через гимнастического козла (козел в ширину, высота 80-100 см); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, обруч, большой мяч, гантели); кувырки вперед, назад; стойка на лопатках; лазание по канату, гимнастической лестнице;

- в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам);

- демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;

- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;

- владеть способами спортивной деятельности: бег на выносливость, метание, прыжки в длину или в высоту, бег 60 м; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;

- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями.

Метапредметные результаты

- Развивать мотивы и интересы своей познавательной активности;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятие решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.

В области познавательной культуры:

- Овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека;
- Понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека.

В области нравственной культуры:

- Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченную возможность и нарушения в состоянии здоровья;
- Проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам;
- Ответственное отношение к порученному делу, проявление дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- Добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий.

В области эстетической культуры:

- Понимание культуры движений человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками.

В области коммуникативной культуры:

- Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме.

В области физической культуры:

- Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Предметные результаты

В основной школе в соответствии с ФГОС основного общего образования результаты изучения предмета «Физическая культура» должны отражать:

- Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств. В активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;

- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

В области познавательной культуры:

- Знание по истории развития спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами.

В области нравственной культуры:

- Способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- Способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке.

В области эстетической культуры:

- Умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки.

В области коммуникативной культуры:

- Способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, умело применяя соответствующие понятия и термины.

В области физической культуры:

- Умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей.

Раздел 2. Содержание программы

История физической культуры.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Физическая культура (основные понятия).

Физическое развитие человека.

Здоровье и здоровый образ жизни.

Физическая культура человека.

Режим дня и его основное содержание. Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Подготовка к занятиям физической культурой. Организация досуга средствами физической культуры.

Физическое совершенствование

Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы.

Акробатические упражнения и комбинации.

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Тип урока	Элементы содержания	Основные понятия	УУД	Контроль и учёт знаний	Дз	Дата проведения	
									План	Фак т
	Легкая атлетика (11ч)									

1	Инструктаж ТБ по разделу «Лёгкая атлетика». Закрепление техники выполнения беговых и прыжковых упражнений. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей.	5/1	Изучение нового материала	Техника низкого старта. Прыжки в длину с места, толкаясь двумя ногами. Тройной прыжок с места. Эстафеты с этапом до 30 м.	Правила поведения, техника безопасности	-формулировать и удерживать учебную задачу; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -использовать общие приёмы решения поставленных задач. - ставить вопросы, обращаться за помощью	Текущий	КУГ №1	02.09.2022	
2	«Влияние возрастных особенностей на физическое развитие и физическую подготовленность». Закрепление техника выполнения беговых и прыжковых упражнений, метания малого мяча, освоенных в 5-7 классе.	1	Комбинированный	Краткая беседа на тему «Влияние возрастных особенностей на физическое развитие и физическую подготовленность». Закрепление техники выполнения низкого старта. Прыжковые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Метание малого мяча на дальность.	Спринтерский бег. Высокий старт. Стартовый разгон	-формулировать и удерживать учебную задачу. - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности -формулировать собственное мнение -адекватная мотивация учебной деятельности	текущий	КУГ №1	06.09.	
3	Закрепление техники выполнения высокого и низкого старта, стартового разгона.			Выполнения высокого и низкого старта, стартового разгона и финиширование. Техника выполнения предварительного разбега в сочетании четырьмя бросковыми шагами при метании	Разбег в сочетании с выполнением четырёх бросковых	-формулировать и удерживать учебную задачу. - контролировать и оценивать процесс и	Текущий	КУГ №1	09.09	

	Метание малого мяча на дальность.			малого мяча. Встречная эстафета.	шагов в метании малого мяча. Встречная эстафета	результат деятельности -формулировать собственное мнение -адекватная мотивация учебной деятельности				
4	Определение уровня физической подготовленности учащихся (скоростные). Развитие выносливости.	1	Совершенствование	ОРУ в движении. Бег на 30 м (сек). Бег от 200 до 1000 м.	Финальное усилие.	-формулировать и удерживать учебную задачу. -контролировать и оценивать процесс и результат деятельности -ставить вопросы, обращаться за помощью;	Мальчики: «5» «4» «3» 4,6 5,3-4,9 5,7 Девочки: «5» «4» «3» 5,0 5,8-5,3 6,2	КУГ №1	13.09	
4	Закрепление техники бега на короткие дистанции. Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей, выносливости.	1	Совершенствование	Низкий старт по сигналу и стартовый разгон на расстояние 10-15 м. Бег с хода с максимальной скоростью (30 м+20 м + 10 м). Прыжки в длину с места, толчком двумя. Бег от 500 до 1000 м.	Техника низкого старта	-формулировать и удерживать учебную задачу. -контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Мальчики: «5» «4» «3» 190 185 175 Девочки: «5» «4» «3» 180 105 95	КУГ №1	16.09	
5	Правила соревнований в беге на короткие дистанции. Приём контрольных учебных нормативов в беге на 60 м Развитие выносливости.	1	Учётный	Правила соревнований в беге на короткие дистанции. Бег на 60 м (сек). Бег от 200 до 1000 м.	Техника бега на короткие дистанции.	контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Мальчики: «5» «4» «3» 9,3 9,6 9,8 Девочки: «5» «4» «3» 9,5 9,8 10,0	КУГ №1 Бег	20.09	
6	Метание малого мяча на дальность. Развитие выносливости.	3/1	Изучение нового	Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча на заданное расстояние, на дальность в коридоре 5 - 6 метров.	техника метания	-формулировать и удерживать учебную задачу. контролировать и	Текущий	КУГ №1	23.09	

			материала	Подвижная игра «Кто дальше бросит». Бег в равномерном темпе: мальчики-8 мин, девочки- 7 мин. ЧСС во время бега – 155-165 уд/мин.		оценивать процесс и результат деятельности - формулировать собственное мнение				
7	Приём контрольных учебных нормативов в метании малого мяча с разбега на дальность. Подвижная игра «Метко в цель»			Выполнение контрольных нормативов в метании малого мяча с разбега на дальность. Подвижная игра «Метко в цель»	техника метания	формулировать учебную задачу. -определять, где применяются действия с мячом -адекватная мотивация учебной деятельности	Мальчики: «5» «4» «3» 40 35 31 Девочки: «5» «4» «3» 35 30 28	КУГ №1	27.09	
8	Приём контрольных учебных нормативов в беге на 400 м Развитие выносливости		контроль ный	Бег на 400 м (сек) с максимальной скоростью Бег в равномерном темпе: мальчики-8 мин, девочки- 7 мин. ЧСС во время бега – 155-165 уд/мин	Техника бега на средние дистанции. финальное усилие.		Мальчики: «5» «4» «3» 1,15 1,31 1,50 Девочки: «5» «4» «3» 1,35 1,43 2,20	КУГ №1	30.09	
9	Определение уровня физической подготовленности учащихся (координационные) Развитие выносливости	1	Комбинир ованный	Специальные беговые упражнения. Челночный бег 3 x 10 м (сек). Бег в равномерном темпе: мальчики-8 мин, девочки- 7 мин. ЧСС во время бега – 155-165 уд/мин	финальное усилие. Челночный бег	-формулировать учебную задачу - определять, где применяются действия с мячом -задавать вопросы,	Мальчики: «5» «4» «3» 8,0 8,7-8,3 9,0 Девочки: «5» «4» «3» 8,6 9,4-9,0 9,9	КУГ №1	04.10	
10	Определение уровня физической подготовленности обучающихся (выносливость).	1	Комбинир ованный	ОРУ в движении. Специальные беговые и прыжковые упражнения. Бег в течении 6 минут – на результат (м)	Гладкий бег	-сличать способ действия и его результат; коррекция - вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений	Мальчики: «5» «4» «3» 1300 1200 1100 Девочки: «5» «4» «3» 1100 1000 950	Прыжки через скакалку	07.10	
Баскетбол (8час)11.10										
11	Инструктаж по ТБ. Закрепление элементов техники игры в баскетбол, изученных в 5-7	1	Изучен ие нового матери ала	ТБ на уроках по баскетболу. Элементы техники игры в баскетбол (передвижение по площадке без мяча; передача мяча одной рукой от плеча; ведение мяча; бросок мяча одной рукой	ТБ на уроках спортивных игр	-адекватная мотивация учебной деятельности -применять установленные правила в планировании способа решения -	Текущий	Т.Б. КУГ №2	11.10	

	классах.			от плеча в кольцо). Игра «Передал, садись».		контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответственность за свои поступки .				
12	Терминология баскетбола. Закрепление элементов техники игры в баскетбол. Развитие скоростных и координационных способностей	1	Комбинированный	Закрепление техники передвижения по площадке без мяча, поворотов на месте в стойке баскетболиста, передачи мяча двумя руками от груди. Закрепление техники ведения мяча, броска мяча одной рукой от плеча в движении. Закрепление изученных технических приёмов в учебной игре	Терминология баскетбола	применять установленные правила в планировании способа решения - контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности	Текущий	КУГ №2	14.10	
13-14	История баскетбола. Закрепление элементов техники игры в баскетбол. Развитие скоростных и координационных способностей	1	Комбинированный	Бег с изменением направления и скорости. Передача мяча одной рукой от плеча. Закрепление изученных технических приёмов в учебной игре «Малый баскетбол»	Терминология баскетбола	Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сравнивать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решения - обращаться за помощью	Текущий	КУГ №2	18,21 .10	
15	Обучение ловле высоко летящего мяча в прыжке двумя руками. Закрепление изученных технических приёмов в различных сочетаниях.	1	Комбинированный	Ловля высоко летящего мяча в прыжке двумя руками. Ведение мяча с изменением направления и обводка препятствий. Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча. Игра «Борьба за мяч»	Терминология баскетбола	-выполнять учебные действия -самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель -этические чувства	Оценка техники стойки, передвижений	КУГ №2	25.10	
16	Правила игры. Закрепление ловли мяча в прыжке двумя руками после отскока от щита. Закрепление изученных технических приёмов в	1	Комбинированный	Правила игры Упражнения, включающие сочетание приёмов. Учебная игра 5 x 5 с соблюдением основных правил.	Правила игры.	Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сравнивать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать	Текущий	КУГ №2	28.10	

	различных сочетаниях.					эффективные способы решения - обращаться за помощью				
17	Обучение взаимодействию двух игроков в нападении через заслон. Оценка выполнения учащимися сочетания технических приёмов.	1	Комбинированный	Ведение мяча с обводкой трёх препятствий, стоящих на линиях штрафного броска и центральном круге. Взаимодействию двух игроков в нападении с использованием заслона.	Правила игры.	-выполнять учебные действия -самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель -этические чувства	Оценка техники ведения мяча на месте	КУГ №2	01.11	
18	Оценка выполнения учащимися сочетания технических приёмов. Оценка действий учащихся в двусторонней игре 5 x 5.	2	Изучение нового материала	Ведение мяча с изменением скорости. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в квадрате. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. Игра в мини - баскетбол	Правила игры.	Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном	Текущий	КУГ №2 Правила игры в баскетбол	04.11	

Общее количество учебных часов –14

Знать:

Баскетбол: Помощь в судействе. Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по баскетболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

Гимнастика: Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развитие силовых способностей и гибкости. Страховка во время занятий.

Основы выполнения гимнастических упражнений.

Культурно – исторические основы: Основы истории возникновения и развития олимпийского движения, физической культуры и отечественного спорта.

Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечение их общеукрепляющей и оздоровительной направленности, предупреждение травматизма и оказание посильной помощи при травмах и ушибах.

Социально-психологические основы: Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий.

Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу.

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Тип урока	Элементы содержания	Основные понятия	УУД	Контроль и учёт знаний	Д\з	Дата проведения	
									План	Фак т
Гимнастика 14 час										
19	Ознакомление	1	Изучени	Инструктаж по ТБ. Строевые	Знать правила	Вносить коррективы в	Мальчики:	КУГ №3	08.11	

	учащихся с правилами безопасности поведения при выполнении гимнастических упражнений. Ознакомление с техникой выполнения опорных прыжков по программе 7 класса		е нового материала	упражнения: построение в две шеренги, повороты на месте. Размыкание и смыкание на месте, повороты налево и направо; ходьба в двух колоннах; ходьба строевым шагом. Опорный прыжок через гимнастический козёл в ширину («ноги врозь» - девочки и «согнув ноги»- мальчики). Определение уровня физической подготовленности обучающихся (гибкости см)	безопасности поведения при выполнении гимнастических упражнений. Уметь выполнять строевые упражнения. Уметь выполнять опорный прыжок.	выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решения - обращаться за помощью	«5» «4» «3» 12 8-10 4 Девочки: «5» «4» «3» 20 12-14 7			
20	Информация на тему «Здоровье и здоровый образ жизни» Строевые приёмы. Обучение технике выполнения опорных прыжков через гимнастический козёл в ширину.	2	Комбинированный	Повторение выполнения строевых команд, освоенных в 5- 6 классах. Техника выполнения опорных прыжков через гимнастический козёл в ширину («ноги врозь» и «согнув ноги»). Развитие скоростно- силовых способностей с использованием скакалки и набивных мячей.	Уметь выполнять строевые упражнения. Уметь выполнять опорный прыжок.	-выполнять учебные действия -самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель	Текущий	КУГ №3	11.11	
21	Выполнение контрольного упражнения в опорных прыжках через гимнастический козёл в ширину. Обучение технике выполнения висов на высокой перекладине. Развитие силовых способностей.			Строевые приёмы. Техника выполнения висов и передвижение в висе, размахивание в висе и соскок мах. Опорный прыжок через гимнастический козёл в ширину (на технику выполнения)	Уметь выполнять опорный прыжок.		Техника выполнения	КУГ №3	15.11	
22	Обучение технике выполнения висов на высокой перекладине и упоров на низком бревне. Лазание по канату (произвольным	6/1	Повторение	Упражнения на низком бревне (девочки). Лазание по канату (произвольным способом)	Уметь лазать по канату	-использовать общие приёмы решения задач. - ставить вопросы и обращаться за помощь.	Техника выполнения	КУГ №3	18.11	

	способом)									
23	Повторение техники выполнения акробатических упражнений. Лазание по канату (произвольным способом) Приём контрольных учебных нормативов в поднимание туловища, количество раз за 30 сек.	1	Комбинированный	Техника выполнения акробатических упражнений: группировка; перекаты в группировке; кувырок вперёд; стойка на лопатках. Поднимание туловища из положения, лёжа на спине, количество раз за 30 сек. Лазание по канату (произвольным способом)	Название гимнастических снарядов	-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации -самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель -слушать собеседника, формулировать свои затруднения	Мальчики: «5» «4» «3» 25 13-12 12 Девочки: «5» «4» «3» 20 10-19 9	КУГ №3	22.11	
24	Выполнение контрольного упражнения (лазание по канату) Закрепление техники выполнения упражнений по акробатике.			Лазание по канату (произвольным способом). Техники выполнения акробатических упражнений: кувырок вперед, назад; стойка на лопатках перекатом; «мост» из положения, лежа. Развитие координационных способностей, гибкости.	Уметь лазать по канату		Техника выполнения	КУГ №3	25.11	
25	Закрепление техники выполнения акробатических упражнений. Закрепление техники лазания по канату в три приёма.	1	Комбинированный	ОРУ в парах. Техника выполнения упражнений по акробатике. Мальчики: Кувырок вперёд в упор присев; кувырок вперёд в стойку на лопатках; сгибая ноги, перекач в упор присев; стойка на голове; согнув ноги, упор присев; основная стойка. Девочки: основная стойка; упор присев; перекач назад; стойка на лопатках; опуская ноги, кувырок назад в «полу шпагат»; упор присев прыжком; основная стойка. Лазания по канату в три приёма.	терминология	выполнять учебные действия -самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель -использовать общие приёмы решения задач. - ставить вопросы и обращаться за помощью.	текущий	КУГ №3	29.11	

26	Выполнение контрольного упражнения по акробатике (мальчики) Развитие силовых, координационных способностей учащихся	2		Контрольные упражнения из 5-6 элементов акробатики. Развитие силовых, координационных способностей учащихся (подтягивание, отжимание в упоре, прыжки через скакалку)	Уметь выполнять акробатические элементы	- выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации	Техника выполнения	КУГ №3	02.12	
27	Выполнение контрольного упражнения по акробатике (девочки) Развитие силовых, координационных способностей			Техника выполнения упражнений по акробатике. Развитие координационных способностей (прыжки через скакалку на скорость)		-самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель	Техника выполнения	КУГ №3	06.12	
28	Повторение выполнения строевых команд. Приём контрольных учебных нормативов в прыжках через скакалку за 1 мин	6/1	Изучение нового материала	ОРУ с гимнастической скакалкой. Прыжок через скакалку, количество раз за 1 мин.	Прыгать через скакалку	Использовать установленные правила в контроле способа решения -ставить и формулировать проблему. - договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Мальчики: «5» «4» «3» 85 80 70 Девочки: «5» «4» «3» 90 85 75	КУГ №3	09.12	
29	Основы знаний. «Познай себя» Развитие координационных способностей, гибкости.	1	Комбинированный	Прыжки со скакалкой на скорость за 25 сек. 3 серии. Развитие гибкости.	Прыгать через скакалку	-вносить дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата -контролировать процесс и результат деятельности. - определять общую цель и пути её достижения	Мальчики: «5» «4» «3» 54+ 52+ 48- Девочки: «5» «4» «3» 58 56+ 52-	КУГ №4	13.12	
30	Повторение выполнения строевых команд. Поднимание туловища за 30 сек. Эстафеты с мячом.	1	Комбинированный	Выполнение строевых команд. Поднимание туловища из положения лёжа, руки за головой (за 30 сек). Работа по станциям. Эстафеты с мячом.	Название г/снарядов	-вносить дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата -контролировать процесс и результат деятельности.	Мальчики: «5» «4» «3» 24+ 14+ 13- Девочки: «5» «4» «3» 18+ 12+ 11-	КУГ №4	16.12	

										т
33	ТБ на уроках на уроках лыжной подготовки. Переноска и надевание лыж. ОРУ. ТБ на уроках на уроках кроссовой подготовкой.	1	Комбинированный	ТБ на уроках Л/подготовки. Температурный режим, одежда и обувь лыжника, подгонка лыжных креплений. Переноска и надевание лыж. ОРУ. Презентация: «Название разучиваемых лыжных ходов и основы правильной техники». Смешанное передвижение (сочетание ходьбы и бега): мальчики 1,5 км, девочки 800-1000 м.	Попеременный двухшажный ход. основы правильной техники	-готовность и способность к саморазвитию -составлять план и последовательность действий -использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы	Текущий	КУГ №4.	10.01.23	
34	Закрепление техники выполнения одновременного бесшажного хода, попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции до 1,5 км. Кроссовая подготовка	1	Комбинированный	Одновременный бесшажный ход. Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции с правильным применением лыжных ходов до 1,5 км. Смешанное передвижение (сочетание ходьбы и бега): мальчики 1,5 км, девочки 800-1 км.	Одновременный бесшажный ход	-адекватно воспринимать предложения учителей и родителей и др. людей по исправлению ошибок -устанавливать соответствие полученного результата поставленной деятельности	Текущий	КУГ №4.	13.01	
35	Развитие скоростно-силовых способностей учащихся. Закрепление выполнения ранее			Подтягивание, отжимание, прыжки в длину с места, толчком двумя, упражнения с большими мячами. Учебная игра (5х5) с соблюдением основных правил.	Уметь играть в баскетбол.	-адекватно воспринимать предложения учителей и родителей и др. людей по исправлению ошибок -устанавливать соответствие полученного	текущий	КУГ №4	17.01	

	изученных технических приёмов в учебной игре (баскетбол).					результата поставленной деятельности				
36	Оказание помощи при обморожениях и травмах. Закрепление техники выполнения одновременного бесшажного хода, попеременного двухшажного хода. Кроссовая подготовка	1	Совершение	Теоретические сведения. Оказание помощи при обморожениях и травмах. Попеременный двухшажный ход Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции в 1,5-2 км. Развитие быстроты: мальчики. 4х20 м, дев 3х20 м. Смешанное передвижение: мальчики 1,5 км, девочки 800-1000 м.	обморожения и травмы.	-искать и выделять необходимую информацию из различных источников -эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им -обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	Текущий	Комплекс №4	20.01	
37	Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Закрепление техники выполнения торможения «плугом». Дистанция 2 км. Кроссовая подготовка.	1	Комбинированный	Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Торможение «плугом». Дистанция 2 км. Встречная эстафета без палок (до100м) Развитие быстроты: мальчики. 4х30 м, дев 3х30 м. Упражнения для развития силовой выносливости. Игры по выбору учащихся.	Значение занятий лыжным спортом , работоспособность	-искать и выделять необходимую информацию из различных источников -получать и обрабатывать информацию - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	Текущий	Комплекс №4.	24.01	

38	Развитие выносливости. Закрепление выполнения ранее изученных технических приёмов в волейболе.			Бег в равномерном темпе. мальчики-10 мин; девочки- 7 мин. Учебная игра 6х6 с соблюдением ос		-искать и выделять необходимую информацию из различных источников -эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им -обращаться за помощью, формулировать свои затруднения		КУГ №5	27.01	
39	Развитие скоростно-силовых способностей. Развитие общей выносливости.			Пятерной прыжок с места с ноги на ногу: оттолкнуться пять раз, приземлиться на обе ноги. Бег в равномерном темпе: мальчики – 8 мин, девочки – 6 мин. ЧСС во время бега 155-165 уд/мин. Игры по выбору.			текущий	КУГ №5	31.01	
40	Применение лыжных мазей. Закрепление техники выполнения спуска с изменением стойки. Проверить повороты переступанием на месте. Прохождение дистанции 2,5 км. Развитие силовых и скоростно- силовых способностей.	1	Учётны й	Применение лыжных мазей. Повороты переступанием на месте - техника выполнения. Техника выполнения спуска с изменением стойки. Передвижение по учебно-тренировочной лыжне в медленном темпе. Прыжки через скакалку в максимально быстром темпе в течение 1 мин. Медленный бег в течение 5 мин. Игры по выбору.	Лыжные мази, торможение и повороты	-контролировать и оценивать результат своей деятельности -самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни	Текущий 1 мин (мальчики 100-120 раз, девочки – 120 – 150 раз).	Комплек с №45	03.02	

41	Закрепление техники передвижения одновременным бесшажным ходом, одновременным двухшажным ходом. Обучение технике преодоления впадины на склоне во время спуска. Проверить выполнение прыжков через скакалку за 1 мин. Учебная игра в волейбол 6х6.	1	Комбинированный	Передвижение одновременным бесшажным ходом, одновременным двухшажным ходом, преодоления впадины на склоне во время спуска. Медленное передвижение по дистанции – 3 км. Прыжки через скакалку за 1 мин. Учебная игра в волейбол 6х6.	координация, выносливость	-оказывать в сотрудничестве взаимопомощь -использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы узнавать, называть и определять объекты и предметы окружающей действительности. -оказывать в сотрудничестве взаимопомощь -контролировать и оценивать результат своей деятельности	3 км без учёта времени	Комплекс №5.	07.02	
42	Виды лыжного спорта. Лыжные гонки – 1 км. Эстафеты-игры.	1	Учётный	Виды лыжного спорта. Лыжные гонки – 1 км. Эстафеты-игры.	Виды лыжного спорта	-оказывать в сотрудничестве взаимопомощь -контролировать и оценивать результат своей деятельности	Мальчики: «5» «4» «3» 85 80 70 Девочки: «5» «4» «3» 90 85 75	Комплекс №5.	10.02	
43	Лыжные гонки – 2 км. Повторение поворотов, торможений. Лыжные гонки – 2 км	1	Учётный	Повторение поворотов, торможений. Лыжные гонки – 2 км, или 3 км без учёта времени. ;	-торможения	-оказывать в сотрудничестве взаимопомощь -контролировать и оценивать результат своей деятельности	Мальчики: «5» «4» «3» 16,00 17,30 18,30 Девочки: «5» «4» «3» 19,30 20,00 22,30	Комплекс №5	14.02	
44	Закрепление выполнения элементов техники волейбола,	2	Комбинированный	Техника передвижений в основной стойке волейболиста. Техника приёма и передачи мяча	Уметь выполнять элементы игры		текущий	КУУГ № 5.	17.02	

	освоенных в 5 и 7 классах. Развитие физических качеств, необходимых для игры в волейбол.			сверху двумя руками на месте и во время перемещений. Выполнение нижней и верхней прямой подачи мяча.	в волейбол	-контролировать и оценивать результат своей деятельности -самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни				
45-46	Закрепление выполнения элементов техники волейбола. Развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.			Техника приёма и передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах через сетку. Закрепление техники прямого нападающего удара. Выполнение нижней и верхней прямой подачи мяча. Челночный бег (6х9 м), броски набивного мяча(1-2кг) одной и двумя руками.	Уметь выполнять элементы игры в волейбол		текущий	КУУГ №5.	21.02	
47-48	Метание малого мяча в вертикальную цель. Развитие координационных способностей обучающихся.	2	Изучение нового материала	Преодоление горизонтальных препятствий. Челночный бег 3 х 10 м. Метание малого мяча в вертикальную цель. Бег 10 мин	Уметь преодолевать препятствия	-адекватная мотивация учебной деятельности -применять установленные правила в планировании способа решения- контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответственность за свои поступки	Текущий	Комплекс №5.	24.-28.02	
49-50	Метание малого мяча в горизонтальную цель. Развитие координационных способностей обучающихся.	2	Совершенствование	Специальные беговые упражнения. Челночный бег 3 х 10 м. Метание малого мяча в горизонтальную цель и по движущейся цели.	Уметь преодолевать препятствия, метать мяч в цель.	Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы	Текущий	Комплекс №6.	03.03	

						решении - обращаться за помощью				
52-53	Преодоление горизонтальных препятствий.	2	Комбинированный	Специальные беговые упражнения. Бег в течении 6 мин с преодолением горизонтальных препятствий.		Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решения- обращаться за помощью	Текущий	Комплекс №6.	07.03	

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Основные понятия	УУД	Контроль и учёт знаний	Д\з	Дата проведения	
									План	Факт
54	Инструктаж Т/Б на уроках волейбола. Закрепление техники передвижения в основной стойке волейболиста. Закрепление техники приёма и передачи мяча в парах и тройках.	2	Комбинированный	ОРУ на локальное развитие мышц туловища. Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача мяча. Броски набивного мяча в парах. Игровые упражнения по совершенствованию технических приемов (ловля, передача, прием).	Тактика свободного нападения	-выполнять учебные действия -самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель -этические чувства	Текущий	Комплекс № 6	10.03	
55	Закрепление техники выполнения прямого нападающего удара, приёма и передачи мяча сверху двумя руками во время перемещения.	2	Комбинированный	Многократные передачи мяча двумя руками в парах сверху над собой и в парах через сетку. Встречные эстафеты. П/и «Летающий мяч» Бросок набивного мяча весом 1 кг из положения, стоя двумя руками из-за	Правила игры, технические приёмы	Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы	Мальчики: «5» «4» «3» 790 690 590 Девочки: «5» «4» «3» 620 570 500	Комплекс № 6	14.03	

	Нижняя прямая подача мяча.			головы на дальность.						
56	Оценка техники выполнения передачи мяча сверху через сетку в парах. Учебная игра в волейбол.	1	Совершенство	Оценка техники выполнения изученных приёмов. Учебная игра с заданием играть в три касания с оценкой целесообразности применения изученных технических приёмов.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам.	вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решения- обращаться за помощью	Техника выполнения	Комплекс № 6	17.03	
57	Оценка техники выполнения нижней прямой подачи через сетку. Учебная игра с заданием.	11	Комплексный	Оценка техники выполнения нижней прямой подачи через сетку (из 10 попыток). Учебная игра с заданием: первые передачи все направляют в зону 3.	играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре	вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решения- обращаться за помощью	Мальчики: «5» «4» «3» 6 4 2 Девочки: «5» «4» «3» 5 3 1	Комплекс № 6	21.03	
58	Определение уровня физической подготовленности учащихся (общей выносливости). Учебная игра с заданием.	1	Комплексный	Бег в течение шести минут (кол. м) Учебная игра с заданием: первые передачи все направляют в зону 3.	играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре	-определять общую цель и пути её достижения; прогнозирование- предвосхищать результат - выбирать более эффективные способы решения, контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности.	Мальчики: «5» «4» «3» 1400 1200 1150 Девочки: «5» «4» «3» 1000 900 550	Комплекс № 6	24.03	
59	Учебная игра с заданием: первые передачи все направляют в зону 3. Определение уровня физической подготовленности	1	Комплексный	Учебная игра с заданием: первые передачи все направляют в зону 3. Прыжок в длину с места толчком двумя (см)	играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические	прогнозирование- предвосхищать результат - выбирать более эффективные способы решения, контролировать и оценивать процесс и результат своей	Мальчики: «5» «4» «3» 190 180 175 Девочки: «5» «4» «3» 180 170 95	Комплекс № 6	28.03	

	учащихся (скоростно-силовые).				действия в игре	деятельности. - формулировать свои затруднения				
60	Учебная игра по упрощенным правилам. Определение уровня физической подготовленности учащихся (координационные).	1	Закрепление	Учебная игра по упрощенным правилам. Челночный бег 3х10 м.	играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре	адекватная мотивация учебной деятельности -применять установленные правила в планировании способа решения- контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответственность за свои поступки.	Мальчики 5» «4» «3» 8,0 8.7-8,3 9,0 Девочки: «5» «4» «3» 8,6 9.4-9.0 9,9	Комплекс № 7		31.03
Легкая атлетика(10ч)										
61	Закрепление техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание», метания малого мяча с места в вертикальную цель. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Закрепление	Техника отталкивания при выполнении прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» (в сочетании с работой ноги и рук). Метание малого мяча с места в вертикальную цель (1х1) с расстояния 12 м.	Уметь выполнять прыжки в высоту способом «перешагивание» через планку с 3-5 шагов разбега.	прогнозирование- предвосхищать результат - выбирать более эффективные способы решения, контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности. - формулировать свои затруднения	текущий	КУГ №7	04.04	
62	Закрепление техники выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» с 3-5 шагов разбега. Развитие силовых и скоростно-силовых способностей	1	Закрепление	Техника выполнения отталкивания и перехода через планку при прыжке в высоту с разбега способом «перешагивание» Метание малого мяча по движущейся цели с расстояния 9 м.	Уметь выполнять прыжки в высоту способом «перешагивание» через планку с 3-5 шагов разбега		текущий	КУГ №7	07.05	
63	Выполнение	1	Контроль	Прыжки в высоту способом	Уметь		Мальчики:	КУГ №7	11.05	

	контрольных учебных нормативов в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание» Развитие силовых и скоростно-силовых способностей		ь	«перешагивание» на результат. Броски набивного мяча из различных исходных положений.	выполнять прыжки в высоту способом «перешагивание» через планку с 3-5 шагов разбега	-самостоятельная и личная ответственность за свои поступки	«5» «4» «3» 115 110 105 Девочки: «5» «4» «3» 105 100 90			
64	Закрепление техники выполнения низкого старта и стартового разгона в беге на короткие дистанции. Выполнение контрольных учебных нормативов подтягивание в висе.		Закрепление	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Техника низкого старта. Подтягивание в висе на высокой перекладине (кол. раз) на результат		-определять общую цель и пути её достижения; прогнозирование-предвосхищать результат -выбирать более эффективные способы решения	Мальчики: «5» «4» «3» 8 6-7 5- Девочки: «5» «4» «3» 19 12-18 11-	КУГ №7	14.05	
65	Техника низкого старта и стартового разгона в беге на короткие дистанции. Техника метания малого мяча с места в вертикальную цель.	4/1	Комбинированный	Техника низкого старта и стартового разгона в беге на короткие дистанции. Техника метания малого мяча с места в вертикальную цель.	Бег на средние дистанции	-определять общую цель и пути её достижения; прогнозировать результат, выбирать более эффективные способы решения, своей деятельности, формулировать свои затруднения	текущий	Комплекс № 7	18.05	
66	Выполнение контрольных (учебных) нормативов в беге на 30 м. Метание малого мяча на дальность с разбега.	1	Комбинированный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Высокий старт и скоростной бег до 40 метров (2 серии). Бег на 30 м. Метание малого мяча на дальность с разбега (выполнение четырёх бросковых шагов).	Уметь пробегать с максимальной скоростью 30 м	-формулировать учебную задачу -контролировать и оценивать процесс и результат деятельности - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие-формулировать собственное мнение	Мальчики: «5» «4» «3» 4,6 5,2 5,7 Девочки: «5» «4» «3» 5,0 5,7 6,3	Комплекс № 7	21.05	
67	Правила соревнований	1	Учётны	Правила соревнований в беге. Бег 60	Уметь		Мальчики:	Комплекс	26.05	

	в беге. Выполнение контрольных (учебных) нормативов в беге на 60 метров. Метание малого мяча на дальность с разбега.		й	метров – на результат. Специальные беговые упражнения. Бег от 200 до 1000 м. Эстафеты по кругу.	пробегать с максимальной скоростью 60 м	-формулировать учебную задачу. -контролировать и оценивать процесс и результат деятельности - ставить вопросы, обращаться за помощью;	«5» «4» «3» 9,3 9,6 9,8 Девочки: «5» «4» 3» 9,5 9,8 10,0	с № 7		
68	Бег на 400 Метание малого мяча на дальность	3/1	Комбинированный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег на 400. Метание малого мяча на дальность	Уметь пробегать 400м		Мальчики: «5» «4» «3» 40 35 31 Девочки: «5» «4» «3» 35 30 28	Комплекс № 7	30.05	

