

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Каяльская средняя общеобразовательная школа
(МБОУ Каяльская СОШ)



«Утверждаю»

«_30_» августа 2019 г.

Директор школы: *Н.Ф. Бурунина* Н. Ф. Бурунина

Приказ № 147 от «30» августа 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету

«Физическая культура»

9 класс

Количество часов: 68

Учитель: Черняков Сергей Александрович

2019 - 2020 учебный год

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1- 11 классов», В. И. Ляха, А. А. Зданевича (Изд. 2-е - Волгоград: Учитель, 2013).

Преподавание предмета в 2019 – 2020 учебном году ведётся в соответствии со следующими нормативными и распорядительными документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Каяльской средней общеобразовательной школы.
3. Образовательная программа основного общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Каяльской средней общеобразовательной школы для 9 класса на 2019-2020 уч. год
4. Положение о рабочей программе учителя МБОУ Каяльской СОШ.
5. Учебный план МБОУ Каяльской СОШ на 2019-2020 учебный год.
6. Календарный учебный график МБОУ Каяльской СОШ на 2019-2020 учебный год.

Цели и задачи

Общей **целью** образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В соответствии с этим, программа физического воспитания учащихся 8 классов своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических **задач**:

- на содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей на основе знаний о системе организма;
- углублённое представление об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции.

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В соответствии с Образовательной программой школы на изучение предмета «Физическая культура» в 9 классе отводится 68 час в год при 2 часах в неделю (34 учебные недели).

2. Планируемые результаты.

Примерная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Физическая культура» на этапе основного общего образования являются:

В познавательной деятельности:

- определение существенных характеристик изучаемого объекта;
- самостоятельное создание алгоритмов деятельности;
- формулирование полученных результатов.

В информационно-коммуникативной деятельности:

- поиск нужной информации по заданной теме;
- умение развернуто обосновывать суждения, давать определения, приводить доказательства;
- владение основными видами публичных выступлений, следование этическим нормам и правилам ведения диалога.

В рефлексивной деятельности:

- понимание ценности образования как средства развития культуры личности;
- объективное оценивание своих учебных достижений, поведения, черт своей личности;
- владение навыками организации и участия в коллективной деятельности.

Результаты обучения

Результаты изучения предмета физической культуры приведены в разделе «Требования к уровню подготовки выпускников», который полностью соответствует стандарту. Требования направлены на реализацию личностно-ориентированного, деятельностного и практико-ориентированного подходов и задаются по трем базовым основаниям: «Знать/понимать», «Уметь» и «Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни».

В результате изучения физической культуры на базовом уровне ученик должен знать/понимать

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;

уметь

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;
- **использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для**
- повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;
- активной творческой деятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УЧАЩИХСЯ, ОКОНЧИВАЮЩИХ СРЕДНЮЮ ШКОЛУ

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «физическая культура» учащиеся по окончании средней школы должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры.

Объяснять:

- * роль и значение физической культуры в развитии общества и человека, цели и принципы современного олимпийского движения, его роль и значение в современном мире, влияние на развитие массовой физической культуры и спорта высших достижений;
- * роль и значение занятий физической культурой в укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни.

Характеризовать:

- * индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями;
- * особенности функционирования основных органов и структур организма во время занятий физическими упражнениями, особенности планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности и контроля их эффективности;

- * особенности организации и проведения индивидуальных занятий физическими упражнениями общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;
- * особенности обучения и самообучения двигательным действиям, особенности развития физических способностей на занятиях физической культурой;
- * особенности форм урочных и внеурочных занятий физическими упражнениями, основы их структуры, содержания и направленности;
- особенности содержания и направленности различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность

Соблюдать правила:

- * личной гигиены и закаливания организма;
- * организации и проведения самостоятельных и самостоятельных форм занятий физическими упражнениями и спортом;
- * культуры поведения и взаимодействия во время коллективных занятий и соревнований;
- * профилактики травматизма и оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- * экипировки и использования спортивного инвентаря на занятиях физической культурой.

Проводить:

- * самостоятельные и самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью;
- * контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, физической работоспособностью, осанкой;
- * приемы страховки и само страховки во время занятий физическими упражнениями, приемы оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- * приемы массажа и самомассажа;
- * занятия физической культурой и спортивные соревнования учащимися младших классов;
- * судейство соревнований по одному из видов спорта.

Составлять:

- * индивидуальные комплексы физических упражнений различной направленности;
- * планы-конспекты индивидуальных занятий и систем занятий.

Определять:

- * уровни индивидуального физического развития и двигательной подготовленности;

- * эффективность занятий физическими упражнениями, функциональное состояние организма и физическую работоспособность;
- * дозировку физической нагрузки и направленность воздействий физических упражнений

Двигательные умения, навыки и способности:

В метаниях на дальность и на меткость: метать различные по массе и форме снаряды (гранату, утяжеленные малые мячи, резиновые палки и др.) с места и с полного разбега (12—15 м) с использованием четырехшажного варианта бросковых шагов; метать различные по массе и форме снаряды в горизонтальную цель 2,5X2,5 м с 10—12 м (девушки) и 15—25 м (юноши); метать теннисный мяч в вертикальную цель 1 x 1 м с 10 м (девушки) и с 15—20 м (юноши).

В гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять опорный прыжок ноги врозь через коня в длину высотой 115—125 см (юноши); выполнять акробатическую комбинацию из пяти элементов, включающую длинный кувырок через препятствие на высоте до 90 см, стойку на руках, переворот боком и другие ранее освоенные элементы (юноши), и комбинацию из пяти ранее освоенных элементов); выполнять комплекс вольных упражнений (девушки).

В спортивных играх: демонстрировать и применять в игре или в процессе выполнения специально созданного комплексного упражнения основные технико-тактические действия одной из спортивных игр.

Физическая подготовленность: соответствовать, как минимум, среднему уровню показателей развития физических способностей (табл. 3), с учетом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

Способы физкультурно-оздоровительной деятельности: использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; осуществлять коррекцию недостатков физического развития; проводить самоконтроль и саморегуляцию физических и психических состояний.

Способы спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырехборью: бег 100 м, прыжок в длину или высоту, метание мяча, бег на выносливость; осуществлять соревновательную деятельность по одному из видов спорта.

Правила поведения на занятиях физическими упражнениями: согласовывать свое поведение с интересами коллектива; при выполнении упражнений критически оценивать собственные достижения, поощрять товарищей, имеющих низкий

уровень физической подготовленности; сознательно тренироваться и стремиться к возможно лучшему результату на соревнованиях.

Уровень физической культуры, связанный с **региональными и национальными особенностями**, определяют региональные и местные органы управления физическим воспитанием. Уровень физической культуры других составляющих вариативной части (материал по выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углубленному изучению одного или нескольких видов спорта) разрабатывает и определяет учитель.

Критерии оценивания подготовленности учащихся по физической культуре.

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включёнными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учитель реализует не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определённый период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

Итоговая отметка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

1) Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За ответ, в котором:	За тот же ответ, если:	За ответ, в котором:	За непонимание и:
Учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности.	В нём содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.	Отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.	Не знание материала программы.

2) Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений, комбинированный метод.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
За выполнение, в котором:	За тоже выполнение, если:	За выполнение, в котором:	За выполнение, в котором:
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно. чётко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.

выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив.		движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.	
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-------------------------------------------------------------------	--

3) Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Учащийся умеет: - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги.	Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги.	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов.	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.

4) Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста.	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту.	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической

физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определённый период времени.			подготовленности.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	-------------------

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определённую трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий даёт основание учителю для выставления высокой оценки.

Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, лёгкой атлетике – путём сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти с учётом общих оценок по разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умение и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Для формирования общей оценки итоговой аттестации учащимся 9-х классов необходимо сдать зачет в конце учебного года по: физической подготовленности, способам физкультурно-оздоровительной деятельности и способам спортивной деятельности, способам саморегуляции и самоконтроля.

Итоговая оценка – за четверть, за год выставляется за сдачу конкретных нормативов. Преподаватель имеет право как повышать, так и понижать учебный норматив, в зависимости от индивидуальных возможностей конкретного учащегося, а также учитывать его отношение к учебе, соблюдение норм здорового образа жизни.

Содержание данной рабочей программы предназначено для учащихся основной и подготовительных медицинских групп. Учащиеся освобожденные от уроков

физической культурой, присутствуют на уроках в спортивной обуви и выполняют отдельные поручения учителя.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 9 КЛАСС

Теоретические сведения призваны расширить кругозор обучающихся в области физического воспитания, дать им необходимые знания по использованию средств физического воспитания в быту и трудовой деятельности. Теория изучается на уроках, лекциях при прохождении материала соответствующего раздела программы. Методы сообщения теоретических знаний определяют учитель. При изучении вопросов теории используется учебник «Физическая культура», программно-методический материал.

Гимнастика с основами акробатики. Обучение гимнастическим упражнениям, начатое в 8 классе, расширяется и углубляется. Более сложными становятся упражнения в построениях и перестроениях, общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Большое разнообразие, возможность строго направленного воздействия делают гимнастические упражнения незаменимым средством и методом развития координационных и кондиционных способностей. После овладения отдельными элементами гимнастические упражнения рекомендуется выполнять в связках. Занятия по отделениям, строгая регламентация, необходимость соблюдения дисциплины и порядка позволяют воспитывать такие волевые качества, как самостоятельность, дисциплинированность, чувство коллективизма

Уроки легкой атлетики направлены на закрепление основ легкоатлетических упражнений в беге, прыжках и метаниях, входящих в содержание программы начальной школы. Продолжается обучение бегу на короткие и средние дистанции, прыжкам в длину, метаниям. Данный материал содействует дальнейшему развитию и совершенствованию прежде всего кондиционных и координационных способностей. основным моментом в обучении легкоатлетическим упражнениям в этом возрасте является освоение согласования движений разбега с отталкиванием и разбега с выпуском снаряда. Правильное применение материала по легкой атлетике способствует воспитанию у учащихся морально-волевых качеств, а систематическое проведение занятий на открытом воздухе содействует укреплению здоровья, закаливанию. Точная количественная оценка результатов легкоатлетических упражнений создает благоприятные возможности, позволяющие обучить гимназистов проведению самостоятельного контроля и оценки физической подготовленности.

В разделе **«Спортивные игры»** в 9 классе продолжается обучение технико-тактическим действиям спортивных игр баскетбола и волейбола. Обучение сложной технике игр основывается на приобретенных в начальной школе простейших умениях обращения с мячом. По своему воздействию спортивная игра является

наиболее комплексным и универсальным развитием ребенка. Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, способность к согласованию отдельных действий и др.) и кондиционных способностей (силовых, выносливости, скоростных). Спортивные игры благоприятно влияют на развитие психических процессов учащегося (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств. На учебных занятиях закрепляются и совершенствуются ранее освоенные элементы техники перемещений, остановок, владения мячом, защитных действий, усложняется набор технико – тактических взаимодействий в нападении и защите.

В целях контроля за результативностью урока физической культуры, проверки уровня общей физической подготовленности обучающихся два раза в год проводится мониторинг физического развития учеников: бег 30м, прыжок в длину с места, наклон на гибкость, бег 1 км, подтягивание на высокой перекладине (мальчики) и вис (девочки)

4. Календарно-тематическое планирование по физической культуре 9 класс.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предметные	Личностные
Легкая атлетика (8 часов)							
1.	ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Техника спринтерского бега. Низкий старт.			Ознакомление учеников с техникой безопасности во время занятий физической культурой, обучение технике низкого старта, стартового разгона	Низкий старт (30-40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Изучают историю легкой атлетики. Рассказывают ТБ. Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Техника спринтерского бега			Повторение техники низкого старта.	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80м). Эстафетный бег.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Нравственно-этическая ориентация

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	о бега. Эстафетный бег.			Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. ОРУ. Специальные беговые упражнения, Проведение тестирования по бегу 30м	бег, передача эстафетной палочки. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	бег с макси мальн ой скорос тью 30м.	ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
3.	Круговая эстафета. Тестирование - бег 30м.			Повторение техники низкого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафетный бег (круговая эстафета).	Низкий старт (30-40м). Бег по дистанции (70-80м). Финиширование. Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специальные беговые упражнения, Развитие скоростных качеств.	Выпол няют бег с макси мальн ой скорос тью 60м.	Проявлять интерес к спортивным достижениям своей страны; оценивать положительный эффект от занятий физической культурой; получать мышечную радость от занятий физической культурой
4.	Бег по дистанции (70-80м).			Выполнение бега на результат (60 м). ОРУ. Специальные беговые	Бег на результат (60 м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие	Приме няют прыжк	Самоопределение – о сознание ответственности за

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предметные	Личностные
	Финиширование.			упражнения. Развитие скоростных качеств.	скоростных качеств.	овые упражнения.	общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
5.	Техника прыжка в длину с 11-13 беговых шагов, Подбор разбега, отталкивание. Метание теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов.			Обучение технике прыжка в длину с 7-9 шагов. Подбор разбега, отталкивание. Повторение техники метания теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов.	Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов, Подбор разбега. Метание теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств.	Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают правила безопасности при метании.	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – проявление доброжелательности
6.	Прыжок в длину с 11-13 беговых			Выполнение прыжка в длину с 11-13 беговых шагов. Фаза полета.	Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Фаза полета. Приземление. Метание мяча (150	Выполняют прыжок	Осознание ответственности за общее

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	шагов. Фаза полета. Приземление. Метание мяча. Тестирование – бег (1000м).			Приземление. Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Тестирование – бег (1000м).	г) на дальность с 5-6 шагов. ОРУ. Тестирование – бег (1000м).	к в длину с разбег а; метаю т мяч в мишен ь и на дально сть.	благополучие, готовность следовать нормам здоровье сберегающего поведения
7	Прыжок в длину на результат. Метание мяча.			Выполнение прыжка в длину на результат. Техника выполнения метания мяча с разбега.	Прыжок в длину на результат. Техника выполнения метания мяча с разбега.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по	<i>Самоопределение</i> – осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов

№ п/п	Тема урока			План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
								Предм етные	Личностные
								частот е сердеч ных сокра щений .	
8	Бег (1500м - д., 2000м-м.).				Выполнение бега (1500м - д.. 2000м-м.).	Выполнение бега (1500м - д.. 2000м-м.). Развитие выносливости	Выбир ают индив идуаль ный режим физич еской нагруз ки, контро лирую т ее по частот е сердеч ных	Самоопределение – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровье сберегающего поведения	

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						сокращений	
Спортивные игры. Волейбол (12 часов)							
9	ИОТ при проведении занятий по волейболу. Стойки и передвижения игрока. Тестирование – прыжок в длину с места.			Совершенствовать стойки и передвижения игрока. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей. Повторить технику безопасности по волейболу. Играть по упрощенным правилам.	Стойки и передвижения игрока. Игра по упрощенным правилам. Тестирование – прыжок в длину с места. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками. Определять уровень скоростно-силовой выносливости.
10	Комбинации из разученных перемещений. Техника			Повторить комбинации из разученных перемещений. Ознакомить с	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Игра по упрощенным правилам. Тестирование - поднимание	Описывают технику изучаемых	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> –навыки сотрудничества в разных ситуациях,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предметные	Личностные
	приема и передачи мяча над собой во встречных колоннах. Тестирование - поднимание туловища за 30 сек.		техникой приема и передачи мяча над собой во встречных колоннах. Тестирование - поднимание туловища за 30 сек.	туловища за 30 сек. Развитие координационных способностей.	мных игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы	
1 1	Техника нижней прямой подачи, прием подачи. Игра по упрощенным правилам. Тестирование - наклон вперед стоя		Повторить комбинации из разученных перемещений, передачи мяча над собой во встречных колоннах. Совершенствовать нижнюю прямую подачу, прием подачи. Тестирование - наклон вперед стоя	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Тестирование - наклон вперед стоя	Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности	

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предметные	Личностные
1 2	Техника передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи.			Совершенствовать передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку, нижнюю прямую подачу, прием подачи.	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи.	Осуществляют судейство игры. Демонстрировать технику передачи мяча двумя руками и сверху.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
1 3	Оценка техники передачи мяча над собой во встречных			Оценка техники передачи мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Совершенствовать стойки и	Стойки и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по	Описывать технику игровых	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность обучающихся саморазвитию

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	колоннах через сетку.			передвижения игрока, комбинации из разученных перемещений. Провести эстафеты, игру по упрощенным правилам.	упрощенным правилам.	действ ий и прием ов волейб ола.	
1 4	Техника прямого нападающего удара после подбрасыван ия мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.			Разучить технику прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Совершенствовать стойки и передвижения игрока, комбинации из разученных перемещений. Игра по упрощенным правилам.	Комбинации из разученных перемещений. Верхняя передача мяча в парах через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Описы вают техник у изучае мых игров ых прием ов и действ ий, осваив ают их самост оатель но.	<i>Нравственно- этическая ориентация</i> –навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предметные	Личностные
1 5	Передача мяча в тройках после перемещения. Игра по упрощенным правилам.			Совершенствовать передачи мяча в тройках после перемещения. Провести игру по упрощенным правилам.	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения. Игра по упрощенным правилам.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
1 6	Техника передач и приема мяча снизу. Игра			Совершенствовать технику передач и приема мяча снизу. Провести эстафеты,	Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Описывают технику	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	по упрощенны м правилам.			игру по упрощенным правилам.		изучае мых игров ых прием ов и действ ий, осваи ают их самост оатель но, выявл яя и устран яя типич ные ошибк и.	умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
1 7	Техника отбивания мяча кулаком			Совершенствовать комбинации из разученных	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения.	Расши рение двигат	Нравственно- этическая ориентация – навыки

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	через сетку.			перемещений. Отбивание мяча кулаком через сетку. Прямой нападающий удар.	Отбивание мяча кулаком через сетку. Прямой нападающий удар после подбрасывания партнером. Игра.	ельног о опыта за счет упраж нений, ориент ирован ных на развит ие основ ных физич еских качест в	сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы
1 8	Нападающий удар после передачи.			Совершенствовать нападающий удар после передачи. Провести игру по упрощенным правилам.	Нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам.	Описы вают техник у изучае мых игров	Нравственно- этическая ориентация –навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						ых прием ов и действ ий, осваив ают их самост оитель но, выявл яя и устран яя типич ные ошибк и.	ситуаций и находить выходы
1 9	Нападающий удар в тройках через сетку. Тактика свободного			Освоить тактику свободного нападения. Нападающий удар в тройках через сетку. Провести игру по упрощенным	Передача мяча в тройках после перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нападающий удар в тройках через сетку. Тактика свободного нападения. Учебная игра.	Осуще ствлят ь судейс тво игры.	Самоопределение – принятие образа «хорошего ученика»

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	нападения.			правилам.		Демон стриро вать техник у переда чи мяча двумя рукам и сверху.	
2 0	Оценка техники владения мячом, нападающего удара. Соревновани я по волейболу.			Оценка техники владения мячом, нападающего удара. Соревнования по волейболу.	Нападающий удар в тройках через сетку. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	Расши рение двигат ельног о опыта за счет упраж нений, ориент ирован ных на	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						развит ие основ ных физич еских качест в	
Гимнастика (12 часов)							
2 1	ИОТ при проведении занятий по гимнастике. Строевые упражнения. Техника выполнения подъема переворотом.			Повторить правила поведения при проведении занятий по гимнастике. Разучить выполнение команды «Прямо!», повороты направо, налево в движении, технику выполнения подъема переворотом. Подтягивания в висе.	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ на месте. Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	Соблю дают ТБ. Изуча ют истори ю гимнас тики. Различ ают строев ые коман ды,	<i>Самоопределение</i> – н ачальные навыки адаптацией и изменении ситуации поставленных задач

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						чётко выпол няют строев ые приём ы.	
2 2	Подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.).			Разучить подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.), махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.).	Подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.).	Различ ают строев ые коман ды, чётко выпол няют строев ые приём ы.	<i>Самоопределение</i> – п ринятие образа «хорошего ученика»
2 3	Подтягивания в висяе. Упражнения на			Повторить подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной	Подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Махом одной ногой толчком другой подъем переворотом (д.).	Различ ают строев ые	<i>Самоопределение</i> – п ринятие образа «хорошего ученика»

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	гимнастическ ой скамейке.			ногой толчком другой подъем переворотом (д.). Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	Подтягивания в висе. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	коман ды, чётко выпол няют строев ые приём ы. Повто ряют подье м перево ротом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис	

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						присев (д.).	
2 4	Строевые упражнения. Выполнение комбинации на перекладине.			Разучить выполнение комбинации на перекладине. Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении.	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении.	Различ ают строев ые коман ды, чётко выпол няют строев ые приём ы. Повто ряют подъе м перево ротом в упор, сед	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	
2 5	Техника выполнения подъема переворотом. Подтягивание в висе.			Повторить подъем переворотом в упор толчком двумя ногами (м.). Подтягивание в висе.	Техника выполнения подъема переворотом. Подтягивание в висе. Выполнение комплекса ОРУ с гимнастической палкой.	Уметь демон стриро вать техник у выпол нения упраж нений. Подъе м перево ротом в упор.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выпол нение подтяг ивания в вися.	
2 6	Изучение техники прыжка способом «согнув ноги» (м.). Прыжок бокком с поворотом на 90°(д.).			Разучить: прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок бокком с поворотом на 90°. Эстафеты. Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей.	Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок бокком с поворотом на 90°. Эстафеты. Прикладное значение гимнастики. Развитие скоростно-силовых способностей.	Выпол нить компл ексы общер азвива ющих, оздоро витель ных и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						корриг ирую щих упраж нений, учиты вающи х индив идуаль ные способ ности и особен ности, состоя ние здоров ья и режим учебно й деятел	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
2 7	Строевые упражнения. Совершенство вание техники опорного прыжка.			Повторить выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок бокком с поворотом на 90°.	Выполнение команды «Прямо!». Повороты направо, налево в движении. ОРУ в движении. Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок бокком с поворотом на 90°.	Расши рение двигат ельног о опыта за счет упраж нений, ориент ирован ных на развит ие основ ных физич еских качест в, повыш ение	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						функц иональ ных возмо жност ей основ ных систем органи зма.	
2 8	Строевые упражнения. Совершенств ование техники опорного прыжка.			Оценить выполнение техники прыжка способом «согнув ноги» (м.). Прыжок бокком с поворотом на 90е. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Прыжок способом «согнув ноги» (м.). Прыжок бокком с поворотом на 90е. ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь демон стриро вать выпол нение прыжк а ноги врозь, выпол нение компл екса	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						ОРУ с обруче м.	
<i>Акробатика. Лазание. (4 часа).</i>							
2 9	Акробатика. Техника кувырка назад, стойка ноги врозь (м.). Мост и поворот в упор на одном колене.			Разучить технику кувырка назад, стойка ноги врозь (м.). Мост и поворот в упор на одном колене.	Кувырок назад, стойка ноги врозь. (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ в движении. Лазание по канату в два приема. Развитие силовых способностей.	Описыва ют техник у акроба тическ их упраж нений. Состав ляют акроба тическ ие комби нации из числа разуче	Смыслообразование– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						нных упраж нений.	
3 0	Лазание по канату в два-три приема. Техника выполнения длинного кувырка (м.). Мост (д.)			Совершенствовать лазание по канату в два-три приема технику выполнения длинного кувырка (м.). Мост (д.) Развитие координационных способностей.	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ в движении. Лазание по канату в два-три приема.	Описывают технику у акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упраж	Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
3 1	Комбинации из разученных акробатическ их элементов. ОРУ с мячом.			Составить комбинации из разученных акробатических элементов. ОРУ с мячом.	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату в два- три приема. Развитие силовых способностей.	Расши рение двигат ельног о опыта за счет упраж нений, ориент ирован ных на развит ие основ ных физич еских качест в, повыш ение функц	Смыслообразование– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока			План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
								Предм етные	Личностные
								иональ ных возмо жност ей основ ных систем органи зма.	
3 2	Выполнение на оценку акробатических элементов.			Выполнение на оценку акробатических элементов.	Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с мячом. Лазание по канату в два-три приема. Развитие силовых способностей.		Расши рение двигат ельног о опыта за счет упраж нений, ориент ирован ных на развит ие	Смыслообразование– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.	

№ п/п	Тема урока			План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
								Предм етные	Личностные
								основ ных физич еских качест в, повыш ение функц иональ ных возмо жност ей основ ных систем органи зма.	
Спортивные игры. Баскетбол (24 часов)									
3 3	ИОТ при проведении занятий по спортивным					Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением с	Уметь выпол нять различ	Оценивать собственную учебную деятельность: свои

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предметные	Личностные
	играм. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока.			Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Провести тестирование – прыжок в длину с места. Правила игры в баскетбол.	сопротивлением на месте.	ные варианты ведения мяча. Совершенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие.	достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; считаться с высказываниями другого человека.
3 4	Техника броска двумя руками от головы с			Совершенствовать технику броска двумя руками от головы с места.	Бросок двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя руками от груди на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие	Описывают технику	Выражать положительное отношение к процессу освоения

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	места.			Совершенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие.	координационных способностей.	изучае мых игров ых прием ов и действ ий, осваи ают их самост оитель но, выявл яя и устран яя типич ные ошибк и.	техники игры.
3 5	Ведение мяча с пассивным сопротивлени			Совершенствовать ведение мяча с пассивным	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с	Описы вают техник	<i>Самоопределение</i> – г отовность и способность к

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	ем.			сопротивлением.	пассивным сопротивлением, с сопротивлением на месте	у изучае мых игров ых прием ов и действ ий, осваив ают их самост оятель но, выявл яя и устран яя типич ные ошибк и.	саморазвитию
3 6	Техника броска двумя			Совершенствовать технику броска двумя	Бросок двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя	Описыва ют	<i>Нравственно- этическая</i>

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	руками от головой с места. Передачи мяча двумя руками от груди на месте.		руками от головы с места, передачи мяча двумя руками от груди на месте. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей.	руками от груди на месте.	техник у изучае мых игров ых прием ов и действ ий, осваи ают их самост оятель но, выявл яя и устран яя типич ные ошибк и. Освои	<i>ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях	

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						ть техник у ведени я мяча.	
3 7	Личная защита. Учебная игра.			Разучить систему личной защиты. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Совершенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие.	Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Совершенствование физических способностей и их влияние на физическое развитие.	Уметь выпол нять различ ные вариан ты ведени я мяча.	<i>Самоопределение са мостоятельность и личная ответственность за свои поступки. Смыслообразова ние: самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности</i>
3 8	Сочетание приемов ведения, остановок, бросков мяча. Учебная игра.			Совершенствование сочетания приемов передвижений и остановок игрока, ведения мяча с сопротивлением на месте.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением на месте.	Описы вают техник у изучае мых игров ых	<i>Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно- познавательная, внешняя)</i>

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						прием ов и действ ий, осваи ают их самост оатель но, выявл яя и устран яя типич ные ошибк и.	
3 9	Техника броска двумя руками от головы с места с сопротивлени ем. Учебная			Разучить бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита.	Бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Описыва ют техник у изучае мых игров	<i>Нравственно- этическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	игра.			Учебная игра. Развитие координационных способностей.		ых прием ов и действ ий, осваив ают их самост оитель но, выявл яя и устран яя типич ные ошибк и.	
4 0	Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная			Совершенствовать передачи мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита.	Бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Личная защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Описы вают техник у изучае мых	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости,

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	защита.					игров ых прием ов и действ ий, осваив ают их самост оатель но	понимания и сопереживания чувствам других людей
4 1- 4 2	Техника броска одной рукой от плеча с места. Учебная игра.			Разучить технику броска одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места.	Овлад ение основа ми технич еских действ ий, приём ами и физич еским и	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока			План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
								Предм етные	Личностные
								упраж нения ми из базовы х видов спорта , умени ем исполь зовать их игрово й деятел ьности ;	
4 3	Техника броска одной рукой от плеча с места. Передача			Закрепить выполнение техники броска одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в	Расши рение двигат ельног о опыта	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и		

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	мяча двумя руками от груди в движении.				движении парами с сопротивлением.	за счет упраж нений, ориент ирован ных на развит ие основ ных физич еских качест в	находить выходы из спорных ситуаций
4 4	Сочетание приемов ведения и передач мяча с сопротивлени ем. Личная защита. Учебная игра.			Совершенствовать сочетание приемов ведения и передач мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением.	Овлад ение основа ми технич еских действ ий, приём ами и	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей

№ п/п	Тема урока			План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
								Предм етные	Личностные
								физич еским и упраж нения ми из базовы х видов спорта , умени ем исполь зовать их игрово й деятел ьности	
4 5	Оценка техники броска одной рукой от			Оценка техники броска одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	Бросок одной рукой от плеча с места. Передача мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением. Личная		Овлад ение основа ми	Развитие самостоятельности и личной ответственности за	

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
	плеча с места. Учебная игра.			защита. Учебная игра. Развитие координационных способностей.		технич еских действ ий, приём ами и физич еским и упраж нения ми из базовы х видов спорта , умени ем исполь зовать их игрово й	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						деятел ьности	
4 6	Сочетание приемов ведения, передач и бросков. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3).			Сочетание приемов ведения, передач и бросков. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3).	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с места. Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типич	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						ные ошибк и. Освои ть техник у ведени я мяча.	
4 7	Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Учебная игра.			Совершенствование ведения мяча с сопротивлением, передач одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением.	Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением.	Уметь выполнять различные варианты ведения мяча. Совершенствовани е физич еских	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						способ ностей и их влиян ие на физич еское развит ие.	
4 8- 4 9	Сочетание приемов ведения, передачи мяча с сопротивлением. Игровые задания (4 х 4).		Совершенствование сочетания приемов ведения, передачи, броска.	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении.		Описывают техник у изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самост	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности на основе представлений о нравственных нормах

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						оятель но, выявл яя и устран яя типич ные ошибк и.	
5 0 5 1	Игровые задания (2 х 2, 3 х 3, 4 х 4). Учебная игра. Тестирование – прыжок в длину с места			Игровые задания (2 х 2, 3 х 3, 4 х 4). Учебная игра. Тестирование – прыжок в длину с места	Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания (2 х 2, 3 х 3, 4 х 4). Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Овладение основами технических действий, приёмami и физическим упраж	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						нения ми из базовы х видов спорта , умени ем исполь зовать их в разноо бразн ых форма х игрово й и соревн овател ьной деятел ьности	не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предметные	Личностные
5 2	Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок.			Совершенствование сочетания приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Тестирование – поднимание туловища	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок.	Описывают техники изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
5 3	Тестирование – поднимание туловища						

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
5 4- 5 5 5 5 6	Бросок одной рукой от плеча в движении с со- противление м. Позиционное нападение со сменой места. Тестирование – наклон вперед стоя.			Бросок одной рукой от плеча в движении с со- противлением. Позиционное нападение со сменой места. Тестирование – наклон вперед стоя.	Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением. Развитие координационных способностей.	и. Овлад ение основа ми технич еских действ ий, приём ами и физич еским и упраж нения ми из базовы х видов спорта , умени ем	Выражать положительное отношение к процессу совершенствования двигательных действий; оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						исполь зовать их в разноо бразн ых форма х игрово й и соревн овател ьной деятел ьности	
Легкая атлетика (12 часов).							
5 7	ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике.			Совершенствовать технику прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Подбор разбега. Отталкивание. Специальные беговые упражнения. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств	Расши рение двигат ельног о опыта за счет упраж	<i>Самоопределение</i> – о сознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно- этическая ориентация</i> – уважительное

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
5 8	Техника прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание			качеств.		нений, ориент ирован ных на развит ие основ ных физич еских качест в, повыш ение функц иональ ных возмо жност ей основ ных систем органи	отношение к истории и культуре других народов

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						зма	
5 9	Техника прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов.			Оценка техники прыжка в высоту с 11-13 беговых шагов. Специальные беговые упражнения. Тестирование – подтягивание (м.), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (д.)	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Переход планки. ОРУ. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функц	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
6 0	Тестирование – подтягивание (м.), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (д.)						

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельност и – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предм етные	Личностные
						иональ ных возмо жност ей основ ных систем органи зма	
6 1 6 2	Техника низкого старта. Эстафетный бег (круговая эстафета).			Повторить технику низкого старта (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Выпол няют бег с макси мальн ой скорос тью 30м.	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)
6 3	Бег по дистанции (70-80м), Финиширова ние.			Повторение техники бега по дистанции (70- 80м), Финиширование. Тестирование - бег 30м.	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80м), Финиширование. Эстафетный бег. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие	Выпол няют бег с макси мальн	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предметные	Личностные
6 4	Тестирование - бег 30м.				скоростных качеств.	ой скорос тью 60м.	конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
6 5	Бег на результат (60м).			Выполнить бег на результат (60м). ОРУ. Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов.	Бег на результат (60м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
6 6	Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов.						

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты	
						Предметные	Личностные
6 7	Оценка техники метания мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов.			Оценка метания теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. Провести тестирование – бег (1000м). ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Метание мяча (150 г) на дальность с 5-6 шагов. Специальные беговые упражнения.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств,	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
6 8	Тестирование – бег (1000м).						

«Рассмотрено»
на заседании МО
учителей гуманитарного цикла
« 30 » августа 2019 г.
Руководитель МО гуманитарного цикла
Жуковская А.И. _____

Протокол №1 от
« 30 » августа 2019г.

«Согласовано»
Зам.директора по УВР
_____ Я.А. Ведута