

Рабочая программа по физической культуре 9 класс

Учителя физической культуры
А.А. Дудник

Рассмотрено и одобрено

МС школы

протокол № 1 от «30» 08.2022 г.

Председатель МС школы:

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР:

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

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

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

1.1 Пели и задачи.

Изучение предмета физическая культура направлено на достижение следующих целей:

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

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

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

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

Тематическое планирование

Nº	Вид программного материала	Количество часов
1.1	Основы знаний о физической	В процессе урока
	культуре	
1.2	Легкая атлетика	36
1.3	Гимнастика с элементами	12
	акробатики	
1.4	Волейбол	38
2.1	Настольный теннис	8
2.2	Баскетбол	8
	Всего часов	102

1

Тематическое планирование

9 класс В.И.Лях, А. А. Зданевич 102 часа

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

3	Кроссовая подготовка. Бег 6-7 мин. Высокий старт. Старт с опорой на одну руку. Бег 30м.	Учётн ый	Специальные беговые упражнения. Высокий старт и скоростной бег до 40 метров (2 серии). Бег с ускорением (30 – 40 м) с максимальной скоростью. Старты из различных и. п. Бег 30 м- на результат.	Стартовый разгон	-формулировать и удерживать учебную задачу контролировать и оценивать процесс и результат деятельности -формулировать собственное мнение -адекватная	Мальчики:	
					мотивация учебной деятельности		
4	Кроссовая подготовка. Бег 7-8 мин. Старт с опорой на одну руку. Бег 60 м.		Спец. беговые упр. Бег от 200 до 1000 м. Бег с ускорением. Спортивные игры.	Техника бега, ускорение.	-формулировать и удерживать учебную задачу контролировать и оценивать процесс и результат деятельности -формулировать собственное мнение -адекватная мотивация учебной деятельности		
5	Старт с опорой на одну руку. Бег 60 м.	Учётн ый	Спец. беговые упр. Бег от 200 до 1000 м. Спортивные игры. Бег 60 метров – на результат.	Техника бега, ускорение.	-формулировать и удерживать учебную задачуконтролировать и оценивать процесс и результат деятельности	Мальчики: «5» «4» «3» 8,2 9,2 9,6 Девочки: «5» «4» «3» 9,6 10.4 10,6	

1 1					amanyer na		l
					-ставить вопросы,		
					обращаться за		
					помощью;		
6 Мет	етание мяча на		ОРУ для рук и плечевого пояса в	Техника	-формулировать и	Текущий	
дали	льность и на		ходьбе. Специальные беговые	метания	удерживать учебную		
зада	данное		упражнения. Прыжковые		задачу.		
pacc	сстояние.		упражнения, выполняемые		-контролировать и		
			сериями (с ноги на ногу, толкаясь		оценивать процесс и		
			вверх. Метание теннисного мяча		результат		
			с 4 – 5 шагов разбега на		деятельности		
			дальность и на заданное		-ставить вопросы,		
			расстояние.		обращаться за		
					помощью;		
7 Мет	етание мяча на	Комб	ОРУ для рук и плечевого пояса в	техника	-формулировать	Текущий	
далн	льность и на	иниро	ходьбе. Специальные беговые	метания	учебную задачу.		
зада	цанное	ванны	упражнения. Прыжковые		-определять, где		
pacc	сстояние.	й	упражнения, выполняемые		применяются		
			сериями (с ноги на ногу, толкаясь		действия с мячом		
			вверх. Метание теннисного мяча		-адекватная		
			с 4 – 5 шагов разбега на		мотивация учебной		
			дальность и на заданное		деятельности		
			расстояние.				
8 Мет	етание мяча на	Комб	ОРУ для рук и плечевого пояса в	техника	-формулировать	Текущий	
далн	льность и на	иниро	ходьбе. Специальные беговые	метания	учебную задачу.		
зада	данное	ванны	упражнения. Прыжковые		-определять, где		
pacc	сстояние.	й	упражнения, выполняемые		применяются		
			сериями (с ноги на ногу, толкаясь		действия с мячом		
			вверх. Метание теннисного мяча		-адекватная		
			с 4 – 5 шагов разбега на		мотивация учебной		
			дальность и на заданное		деятельности		
			расстояние.				
			Спортивные игры.				

9	Метание мяча на дальность и на заданное расстояние. Прыжок в длину с разбега.	Учётн ый	ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх. Метание теннисного мяча - на результат. Прыжок в длину с разбега.	техника метания Техника	-формулировать учебную задачуопределять, где применяются действия с мячом -адекватная мотивация учебной деятельности	Мальчики: «5» «4» «3» 40 34 30 Девочки: «5» «4» «3» 27 21 19	
			Спортивные игры.	выполнения			
10	Кроссовая подготовка. Бег 9-10 мин. Прыжок в длину с разбега.	Учётн ый	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, многоскоки. Прыжок в длину с разбега – на результат. Спортивные игры.	Техника выполнения	коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания	5» «4» «3» 400 355 330 Девочки: «5» «4» «3» 330 280 250	
11	Кроссовая подготовка. Бег 10-12 мин. Тестирование прыжок в длину с места.	Учётн ый	Бег с среднем темпе. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, многоскоки. Прыжки в длину с места – на результат. Спортивные игры.	техника прыжка	коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлять рефлексию способов и условий действий;	5» «4» «3» 215 190 170 Девочки: «5» «4» «3» 180 160 150	

							1
					узнавать, выделять и		
					использовать в		
					действии		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
					партнёра		
					высказывания		
12	Кроссовая	Учётн	Бег в среднем темпе. ОРУ в	Техника	коррекция-вносить	Мальчики:	
	подготовка. Бег	ый	движении. Специальные беговые	бега	дополнения и	«5» «4» «3»	
	12-13 мин.		и прыжковые упражнения,		изменения в	23 25 27	
	Бег 150 м.		многоскоки. Бег 150 м - учёт		выполнение	Девочки:	
					упражнений	«5» «4» «3»	
					-осуществлять	25 27 30	
					рефлексию способов и		
					условий действий;		
					узнавать, выделять и		
					использовать в		
					действии		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
					партнёра		
					высказывания		
13	Кроссовая		Бег в среднем темпе. ОРУ в	Техника	коррекция-вносить	Мальчики:	
	подготовка. Бег		движении. Специальные беговые	бега	дополнения и	«5» «4» «3»	
	13-14 мин.		и прыжковые упражнения,		изменения в	55 1.00 1.05	
	Бег 300 м.		многоскоки. Бег 300 м – учёт		выполнение	Девочки:	
			Спортивные игры.		упражнений	«5» «4» «3»	
					-осуществлять	1.05 1.10 1.15	
					рефлексию способов и		
					условий действий;		
					узнавать, выделять и		
					использовать в		
					действии		
		l			денетыни		

-вести устный диалог, строить понятные для партнёра 14 Кроссовая подготовка. Бег движении. Специальные беговые и прыжковые упражнения, Бег 400 м. 13-14 мин. Бег 400 м. 14 15 15 15 15 15 15 15	
14 Кроссовая подготовка. Бег подготовка. Бег нодготовка. Бег но	
14 Кроссовая подготовка. Бег подготовка. Бег норыжковые упражнения, Бег 400 м. Бег в среднем темпе. ОРУ в движении. Специальные беговые бега подготовка. Бег дополнения и и прыжковые упражнения, многоскоки. Бег 400 м – учёт Техника коррекция-вносить дополнения и «5» «4» «3» подполнения и изменения в девочки:	
подготовка. Бег движении. Специальные беговые и прыжковые упражнения, Бег 400 м. бега дополнения и изменения и изменения в выполнение «5» «4» «3» (1,20 1,30 1,35 на	
13-14 мин. Бег 400 м. и прыжковые упражнения, многоскоки. Бег 400 м – учёт изменения в выполнение Девочки:	
Бег 400 м. многоскоки. Бег 400 м – учёт выполнение Девочки:	
Спортивные игры. упражнений «5» «4» «3»	
-осуществлять 1,35 1,45 1,50	
рефлексию способов и	
условий действий;	
узнавать, выделять и	
использовать в	
действии	
-вести устный диалог,	
строить понятные для	
партнёра	
15 Кроссовая Учётн Бег в среднем темпе. ОРУ в Техника сличать способ Мальчики:	
подготовка. Бег ый движении. Специальные беговые прыжка в действия и его «5» «4» «3»	
10-12 мин. и прыжковые упражнения. длину результат; 1,35 1,45 1,50	
Бег 500 м. (м) –на результат. корректировать Девочки:	
Спортивные игры. выполнение «5» «4» «3»	
упражнений 2,00 2,10	
- способов и условий 2,20	
действий;	
-вести устный диалог,	
строить понятные для	
партнёра	
высказывания	
16 Кроссовая Учётн Бег в среднем темпе. ОРУ. Бег на -определять общую Контрольное	
подготовка. Бег 8- ый Специальные беговые средние цель и пути её упражнение-	
10 мин. Бег 1000 м. у пражнения . Бег 1000 м. на дистанции достижения; бег 1000м:	
результат.	

17 Кроссовая подготовка. Бет 6- мій Контрольное упражнения предостивные подготовка. Бет 6- мій Контрольное упражнения предостивня предостивну предости предости предостивну предостивну предостивну предостивну предо		_	т —	T ~			
17 Кроссовая подтотовка. Бет 6-8мин. Бет 2000 м. 18 Кроссовая подтотовка. Бет 6 16-18мин. 18 Кроссовая подтотовка. Бет 16-18мин. 19 Т/6 на уроках в спортавле 17 Кроссовая спортавле 17 Кроссовая спортавле 19 Т/6 на уроках в спортавле 10 Т/6 на уроках в спортавле			!	Спортивные игры.	1	прогнозирование	м.: «5»- 3,35.;
17 Кроссовая подготовка. Бет 6-8 мин. Бет 2000 м. 18 Кроссовая подготовка. Бет 6-16-18 мин. 18 Кроссовая подготовка. Бет 16-18 мин. 18 Кроссовая подготовка. Бет 16-18 мин. 18 Кроссовая подготовка. Бет 16-18 мин. 19 Т/6 на уроках в спортзансе 19 Т/6 на уроках в спортзансе Подготовка в сеторатас (портзансе может деле и правы и правы у пражиения (подготовка в сетората подготовка в спортзансе может деле и прави и правита подготовка. 19 Т/6 на уроках в спортзансе может деле и правы подготовка (подготовка подготовка в спортзансе может деле и прави подготовка в спортзансе может деле и прави подготовка в спортзансе может деле и прави подготовка по			!	'	1	* *	
Кроссовая подтотовка. Бет в среднем темпе. ОРУ. Специальные беговые подтотовка. Бет в среднем темпе. ОРУ. Специальные беговые подтотовка. Бет в среднем темпе. ОРУ. Специальные обстовые упражнения, противовка подтотовка. Бет в среднем темпе. ОРУ. Специальные обстовые подтотовка. Бет в среднем темпе. ОРУ. Специальные беговые подтотовка. Бет в среднем темпе. ОРУ. Специальные обстовые подтотовком. Спортивные игры. Обстожения; противировать выполнение задания подтотовувование результата — выбирать более эффективные способы решения, контролировать выполнение задания потивировать выполнение задания потивительного потивител			!	'	1	-выбирать более	4,15
17 Кроссовая			!	'	1	эффективные способы	д.: «5»- 4,30;
Кроссовая подтотовка. Бет 6- Кроссовая подтотовка. Бет 16- Кроссовая подтотовка. Бет 18-			!	'	1	решения,	«4»-4,50 «3»-
17			!	'	1	контролировать	5,20
Подготовка. Бег 6- 8мин. Бег 2000 м. Кроссовая подготовка. Бег подготовка. Бег подготовка. Бег подготовка. Бег подготовка. Бег 16-18мин. Кроссовая подготовка. Бег 16-18мин. Подготовка. Бег подготовка. Б			!	'	[выполнение задания	
8 мпп. Бет 2000 м. разультат. Спортивные игры: Раздел — Волейбол 38ч. Раздел — Волейбол 38ч. Прогнозароваты результата Раздел — Волейбол 38ч. Прогнозароваты результата Раздел — Волейбол 38ч. Прогнозароваты результата Раздел — Волейбол 38ч. Прогнозироваты м.: «5» 8.20.; «4»-9.20 «3»-9.50 9.	17	Кроссовая	Учётн	Бег в среднем темпе. ОРУ.	Бег на	определять общую	Контрольное
Результат. Прогнозирование результата Прогнозирование результата Прогнозирование результата Прогнозирование результата Прогнозировать выболнение задания Прогнозировать выполнение задания Прогнозирование результата Прогнозирование Прогнозирование результата		подготовка. Бег 6-	ый	Специальные беговые	средние	цель и пути её	упражнение-
Спортивные игры. Спортивные игры. Спортивные игры. Спортивные игры. Спортивные игры. Результата -выбирать более эффективные способы решения, контролировать выполнение задания Техника подготовка. Бег иниро Пециальные беговые бега подготовка. Бег 16-18мин. Ванны й многоскоки. Спортивные игры. Раздел — Волейбол 38ч. Туб на уроках в спортзале Изуче Инструктаж Т/Б по волейболу. Спец. беговые упражнения, ОРУ. Правила -выбирать общее эффективные способы решения, контролировать выполнение задания Текущий Текущий Текущий Текущий Текущий Мотивация учебной		8мин. Бег 2000 м.	!	упражнения. Бег 2000 м. на	дистанции	достижения;	бег 2000м:
18 Кроссовая подготовка. Бет подготовка. Подготовка. Бет подготовка. Подготовка. Подготовка. Подготовка. Вет подготовка. Подготовка. Подготовка. Вет подготовка. Подготовка подготовка. Вет подготовка подготовка. Подготовка подготовка. Подготовка подготовка подготовка. Подготовка подготовка подготовка подготовка подготовка. Подготовка под			!	результат.	1	прогнозирование	м.: «5»- 8.20.;
18 Кроссовая подготовка. Бег иниро 16-18мин. 16-18мин. 16-18мин. 19 Т/б на уроках в спортзале Изуче Спец. беговые упражнения, ОРУ. Правила портзале Изуче Спец. беговые упражнения, ОРУ. Правила порты выполнение задания 16-18мин. 17-12 (33)-12.05 12			!	Спортивные игры.	1	результата	«4»-9.20 «3»-
18 Кроссовая подготовка. Бег иниро подготовка. Бег неговые иниро подготовка. Бег неговые упражнения, прыжковые, многоскоки. Спортивные игры. 16-18мин. 16			!	'	1	-выбирать более	9.50
18 Кроссовая подготовка. Бег иниро Специальные беговые упражнения, прогнозирование задания 12.05 12.0			!	'	1	эффективные способы	д.: «5»- 10.20
18 Кроссовая подготовка. Бег иниро 16-18мин. Бег в среднем темпе. ОРУ. Техника определять общую цель и пути её достижения; прогнозирование результата - выбирать более эффективные способы решения, контролировать выполнение задания Раздел – Волейбол З8ч. Выполнение задания Текущий Тоб на уроках в спортзале Изуче Инструктаж Т/Б по волейболу. Спец. беговые упражнения, ОРУ. Правила игры, мотивация учебной Текущий			!	'	1		«4»-11.20 «3»-
18 Кроссовая Комб Бег в среднем темпе. ОРУ. Техника подготовка. Бег иниро 16-18мин. Ванны й многоскоки. Спортивные игры. Спортивные игры. Раздел — Волейбол 38ч.			!	']	контролировать	12.05
Подготовка. Бег 16-18мин. Ванны й многоскоки. Спортивные игры. Раздел – Волейбол 38ч. Подготовка Бег 16-18мин. Ванны й многоскоки. Спортивные игры. Раздел – Волейбол 38ч. Инструктаж Т/Б по волейболу. Спортзале Изуче Изуче Спец. беговые упражнения, ОРУ. Изуче бего шель и пути её достижения; прогнозирование результата -выбирать более эффективные способы решения, контролировать выполнение задания Раздел – Волейбол 38ч.			!	'	[выполнение задания	
16-18мин. ванны й многоскоки. достижения; прогнозирование результата - выбирать более эффективные способы решения, контролировать выполнение задания Раздел – Волейбол 38ч. 19 Т/б на уроках в спортзале Изуче Инструктаж Т/Б по волейболу. Спец. беговые упражнения, ОРУ. Правила мотивация учебной Текущий мотивация учебной	18	Кроссовая	Комб	Бег в среднем темпе. ОРУ.	Техника	определять общую	
й многоскоки. прогнозирование результата -выбирать более эффективные способы решения, контролировать выполнение задания Раздел – Волейбол 38ч. 19 Т/б на уроках в спортзале Инструктаж Т/Б по волейболу. Спец. беговые упражнения, ОРУ. Правила мотивация учебной Текущий мотивация учебной		подготовка. Бег	иниро	Специальные беговые	бега	цель и пути её	
Спортивные игры. Разультата -выбирать более эффективные способы решения, контролировать выполнение задания Раздел – Волейбол 38ч. 19 Т/б на уроках в спортзале Инструктаж Т/Б по волейболу. Правила спортзале -адекватная мотивация учебной Текущий мотивация учебной		16-18мин.	ванны	упражнения, прыжковые,	1	достижения;	
-выбирать более эффективные способы решения, контролировать выполнение задания Раздел – Волейбол 38ч. 19 Т/б на уроках в спортзале Инструктаж Т/Б по волейболу. Правила игры, мотивация учебной Текущий			й	многоскоки.	1	прогнозирование	
-выбирать более эффективные способы решения, контролировать выполнение задания Раздел – Волейбол 38ч. 19 Т/б на уроках в спортзале Инструктаж Т/Б по волейболу. Правила игры, мотивация учебной Текущий			!	Спортивные игры.]	результата	
решения, контролировать выполнение задания Раздел – Волейбол 38ч. 19 Т/б на уроках в спортзале Изуче Спец. беговые упражнения, ОРУ. игры, мотивация учебной			!	']	-выбирать более	
решения, контролировать выполнение задания Раздел – Волейбол 38ч. 19 Т/б на уроках в спортзале Изуче Спец. беговые упражнения, ОРУ. игры, мотивация учебной			!	']	эффективные способы	
контролировать выполнение задания Раздел – Волейбол 38ч. 19 Т/б на уроках в спортзале Инструктаж Т/Б по волейболу. Правила спортзале -адекватная мотивация учебной Текущий мотивация учебной			!	']		
Выполнение задания Раздел – Волейбол 38ч. 19 Т/б на уроках в спортзале Инструктаж Т/Б по волейболу. Правила спортзале -адекватная мотивация учебной Текущий мотивация учебной			!	']	-	
19			!	']		
19		·					
спортзале Изуче Спец. беговые упражнения, ОРУ. игры, мотивация учебной				Разде	л – Волейбол 3	8ч.	
спортзале Изуче Спец. беговые упражнения, ОРУ. игры, мотивация учебной	10	Toric		Try	T	Т	T
	19	7 =	'	1	_		Текущий
(спортивные ние Совершенствование техники деятельности		-	•	1	игры,	•	
		(спортивные	ние	Совершенствование техники	<u></u>	деятельности	

	игры).	НОВОГ	выполнения передач сверху и	технические	осуществлять		
	Совершенствовани	O	снизу двумя руками. Нижняя	приёмы	действие по образцу и		
	е техники	матер	прямая подача.	1	заданному правилу		
	передачи мяча	иала	,,		-применять		
	сверху и снизу				установленные		
	двумя руками.				правила в		
					планировании способа		
					решения		
					контролировать и		
					оценивать процесс и		
					результат своей		
					деятельности		
20	Совершенствовани	Совер	Спец. беговые упражнения, ОРУ.	Правила	планировании способа	Текущий	
	е техники	шенст	Совершенствование техники	игры,	решения		
	передачи мяча	вован	выполнения передач сверху и	технические	контролировать и		
	сверху и снизу	ие	снизу двумя руками. Нижняя	приёмы	оценивать процесс и		
	двумя руками.	110	прямая подача.	присмы	результат своей		
	двуми рукими.		приман пода на		деятельности		
					деятельности		
21	Совершенствовани	Совер	Передачи мяча в парах.	Правила	Вносить коррективы	Текущий	
	е техники	шенст	Выполнение передач сверху над	игры,	в выполнение	Текущии	
	передачи мяча	вован	собой, с партнёром. Нижняя	технические	правильных действий		
	сверху и снизу	ие	прямая подача. Учебная игра.	приёмы	упражнений, сличать		
	двумя руками.	ne	примай пода на у теонай игра.	присмы	с заданным эталоном		
	двуми руками.				-ставить и		
					формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении- обращаться		
					за помощью		
22	Совершенствовани	Комб	Передача мяча в стену.	Правила	Вносить коррективы в	Текущий	
	е техники	иниро	Выполнение передач сверху над	игры,	выполнение	1 on y ingini	
	C TOMININI	типро	Выполнение передат сверху пад	P.D.,	BEITTOTHIO		

	передачи мяча	ванны	головой, у стены, с партнёром.	технические	правильных действий		
	сверху и снизу	й	Нижняя прямая подача. Учебная	приёмы	упражнений, сличать		
	двумя руками.	11	игра.	присмы	с заданным эталоном		
	двуми руками.		m pa.		-ставить и		
					формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении- обращаться		
22		T0	H	-	за помощью		
23	Совершенствовани	Комб	Передача мяча в стену.	Правила	Вносить коррективы в	Текущий	
	е техники	иниро	Выполнение передач сверху над	игры,	выполнение		
	передачи мяча	ванны	головой, у стены, с партнёром.	технические	правильных действий		
	сверху и снизу	й	Нижняя прямая подача. Учебная	приёмы	упражнений, сличать		
	двумя руками.		игра.		с заданным эталоном		
					-ставить и		
					формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении- обращаться		
					за помощью		
24	Совершенствовани	Комб	Передача мяча двумя руками	Правила	Вносить коррективы	Текущий	
	е передачи мяча	иниро	сверху и снизу над собой, и затем	игры,	в выполнение		
	двумя руками	ванны	партнёру. Подача.	технические	правильных действий		
	сверху и снизу	й	Учебная игра волейбол.	приёмы	упражнений, сличать		
	через сетку.		-	-	с заданным эталоном		
	Учебная игра.				-ставить и		
	•				формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении – обращаться		
					за помощью		
25	Передачи мяча	Комб	ОРУ в движении. Спец. беговые	Правила	Вносить коррективы	Текущий	
	двумя руками	иниро	упр. Передача мяча двумя руками	игры,	в выполнение		

	сверху и снизу в парах через сетку. Учебная игра.	й	сверху и снизу над собой, и затем партнёру. Подача (совершенствование техники). Учебная игра волейбол.	приёмы	неправильных действий в выполнении упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решении- обращаться за помощью		
26	Передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах через сетку. Учебная игра.	Комб иниро ванны й	ОРУ в движении. Спец. беговые упр. Передача мяча двумя руками сверху и снизу над собой, и затем партнёру. Подача (совершенствование техники). Учебная игра волейбол.	Технические приёмы.	Вносить коррективы в выполнение неправильных действий в выполнении упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать	Текущий	
27	Передача мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Учебная игра с заданиями.	Комб иниро ванны й	Передача мяча двумя руками сверху и снизу. Совершенствование выполнения нижней прямой подачи. Верхняя прямая подача. Учебная игра волейбол	Технические приёмы.	Вносить коррективы в выполнение неправильных действий в выполнении упражнений, сличать с заданным эталоном -ставить и формулировать проблемы, выбирать	Текущий	
28	Передача мяча сверху и снизу	Комб иниро	Передача мяча двумя руками сверху и снизу.	Технические приёмы.	- выполнять учебные действия в	Текущий	

	двумя руками. Нижняя прямая подача. Учебная игра с заданиями.	ванны й	Совершенствование выполнения нижней прямой подачи. Верхняя прямая подача. Учебная игра волейбол.		материализованной форме; - задавать вопросы проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия		
29	Передача мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Учебная игра с заданиями.	Комб иниро ванны й	Передача мяча двумя руками сверху и снизу. Совершенствование выполнения нижней прямой подачи. Верхняя прямая подача. Учебная игра волейбол.	Технические приёмы.	- выполнять учебные действия в материализованной форме; - задавать вопросы проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	Текущий	
30	Передачи мяча. Нижняя прямая подача мяча. Учебная игра.	Комб иниро ванны й	Передачи мяча в парах через сетку. Подача мяча с лицевой линии волейбольной площадки. Учебная игра волейбол.	Правила игры, технические приёмы.	-формулировать и удерживать учебную задачу -контролировать и оценивать процесс и результат деятельности - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействиеформулировать собственное мнение	Текущий	
31	Передачи мяча. Нижняя прямая подача мяча. Учебная игра.	Комб иниро ванны й	Передачи мяча в парах через сетку. Подача мяча с лицевой линии волейбольной площадки. Учебная игра волейбол.	Правила игры, технические приёмы.	-формулировать и удерживать учебную задачу	Текущий	

-контролировать и	
OMOUNDON HOOMOON I	
оценивать процесс и	
результат	
деятельности	
- ставить вопросы,	
обращаться за	
помощью;	
взаимодействие-	
формулировать	
собственное мнение	
32 Учебная игра Комб Передачи сверху и снизу двумя Правила -формулировать и Текущи	й
волейбол. иниро руками, нижняя прямая подача игры, удерживать учебную	
ванны (совершенствование техники). технические задачу.	
й Учебная игра. приёмыконтролировать и	
оценивать процесс и	
результат	
деятельности	
- ставить вопросы,	
обращаться за	
помощью;	
33 Подача мяча. Комб Передачи сверху и снизу двумя Правила -формулировать и Текущи	г й
Учебная игра. иниро руками, нижняя прямая подача игры, удерживать учебную	
ванны (совершенствование техники). технические задачу.	
й Учебная игра. приёмыконтролировать и	
оценивать процесс и	
результат	
деятельности	
- ставить вопросы,	
обращаться за	
помощью;	
34 Подача мяча. Комб Совершенствование техники Правила Сличать способ Текущи	ій
Учебная игра. иниро нижней прямой подачи. Учебная игры, действия и его	
результат; вносить	

	T	1	_	1			1	1
		ванны	игра пионербол с элементами	технические	дополнения и			
		й	волейбола.	приёмы.	изменения в			
					выполнение			
					упражнений			
					- осуществлять			
					рефлексию способов и			
					условий действий;			
					узнавать, выделять и			
					использовать в			
					действии			
					-вести устный диалог,			
					строить понятные для			
					партнёра			
					высказывания			
35	Передача, подачи	Комб	Совершенствование техники	Правила	Сличать способ	Текущий		
	мяча. Учебная	иниро	нижней прямой подачи. Учебная	игры,	действия и его			
	игра.	ванны	игра пионербол с элементами	технические	результат; вносить			
		й	волейбола.	приёмы.	дополнения и			
					изменения в			
					выполнение			
					упражнений			
					- осуществлять			
					рефлексию способов и			
					условий действий;			
					узнавать, выделять и			
					использовать в			
					действии			
					-вести устный диалог,			
					строить понятные для			
					партнёра			
					высказывания			

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

					партнёра			
					* *			
20	П	TC C		П	высказывания	T. ~		
38	Передачи мяча у	Комбин	Стойка игрока. Передвижения в	Правила	Организовывать	Текущий		
	стены. Учебная	ирован	стойке. Передача мяча двумя	игры,	совместные занятия			
	игра.	ный	руками сверху над собой, в	судейство.	волейболом со			
			стену.		сверстниками,			
					Осуществлять			
					судейство игры			
39	Передачи мяча	Комбин	Стойка игрока, передвижения в	Правила	описывать технику	Текущий		
	через сетку в	ирован	стойке. Передачи мяча сверху и	игры	игровых действий и			
	парах. Учебная	ный	снизу в парах через сетку.	_	приемов, осваивать их			
	игра.		Нижняя прямая подача.		самостоятельно,			
			Учебная игра.		выявлять и устранять			
			1		типичные ошибки			
40	Передачи мяча,	Комбин	Стойка игрока, передвижения в	Технические	взаимодействовать со	Текущий		
	подачи. Учебная	ирован	стойке. Передачи мяча сверху и	приёмы	сверстниками в			
	игра.	ный	снизу в парах через сетку.	присмы	процессе совместного			
	in pu.	IIDIII	Нижняя прямая подача.		освоения техники			
			Совершенствование техники.		игровых действий и			
			Совершенетвование техники.		=			
					•			
					правила безопасности.			
41	Панажания	IC	ODV Care Sanata and	Т		Т		
41	Передачи мяча над	Комбин	ОРУ. Спец. беговые упр.	Технические	моделировать	Текущий		
	собой. Через сетку	ирован	Передачи мяча сверху и снизу в	приёмы	технику игровых			
	в парах. Учебная	ный	парах через сетку. Нижняя		действий и приемов,			
	игра.		прямая подача. Пионербол с		варьировать ее в			
			элементами волейбола.		зависимости от			
					ситуаций и условий,			
					возникающих в			
					процессе игровой			
					деятельности.			
1		1	İ	1		1	ì	

42	Учебная игра в	Комбин	Стойка игрока. Передвижения в	Правила	-выполнять учебные	Текущий	
	пионербол с	ирован	стойке Передача мяча двумя	игры,	действия		
	элементами	ный	руками сверху в парах.	технические	-самостоятельно		
	волейбола.		Передача мяча в парах через	приёмы	выделять и		
			сетку; Приём мяча снизу двумя		формулировать		
			руками над собой и через сетку.		познавательную цель		
			Учебная игра пионербол с		-этические чувства		
			элементами волейбола.				
43	Передача мяча в	Комбин	Стойка игрока. Передвижения в	Правила	Вносить коррективы	Текущий	
	парах. Учебная	ирован	стойке. Передача мяча двумя	игры,	в выполнение		
	игра.	ный	руками сверху над собой и	технические	правильных действий		
			вперёд. Учебная игра	приёмы	упражнений, сличать		
			пионербол с элементами		с заданным эталоном		
			волейбола.		-ставить и		
					формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении- обращаться		
					за помощью		
44	Передача мяча в	Комбин	Стойка игрока. Передвижения в	Правила	Вносить коррективы в	Текущий	
	парах. Учебная	ирован	стойке. Передача мяча двумя	игры,	выполнение		
	игра.	ный	руками сверху над собой и	технические	правильных действий		
			вперёд. Учебная игра	приёмы	упражнений, сличать		
			пионербол с элементами		с заданным эталоном		
			волейбола.		-ставить и		
					формулировать		
					проблемы, выбирать		
					эффективные способы		
					решении- обращаться		
	_				за помощью		
45	Передачи мяча у	Комбин	ОРУ. Специальные беговые	Правила	-адекватная	Текущий	
	стены. Учебная	ирован	упражнения. Передача мяча	игры,	мотивация учебной		
	игра.	ный	двумя руками сверху в парах.		деятельности		

			Приём мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м:	технические приёмы	-применять установленные правила в		
			подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра пионербол с элементами волейбола.		планировании способа решении- контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответственность за		
46	Передачи мяча через сетку в парах, подача мяча. Учебная игра.	Учётны й	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах. Подача мяча в парах через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Учебная игра пионербол с элементами волейбола.	Правила игры	свои поступки Соблюдать правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Применять установленные правила в планировании способа решении		
47	Учебная игра в волейбол.	Комбин ирован ный	Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах, подача мяча в парах. Учебная игра пионербол с элементами волейбола.	Правила игры	описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки	Текущий	

48	Передача мяча.	Комбин	Передача мяча двумя руками	Тактика	описывать технику	Текущий	
	Учебная игра.	ирован	сверху и снизу в парах, подача	игры,	игровых действий и		
	5 Teorius III pu.	ный	мяча в парах. Учебная игра	техника	приемов, осваивать их		
			волейбол.	10/Millinu	самостоятельно,		
			Besterio est.		выявлять и устранять		
					типичные ошибки		
					THIN HIBIC OMNORE		
49	Подача мяча.	Комбин	Передача мяча двумя руками	Тактика	описывать технику	Текущий	
	Учебная игра.	ирован	сверху и снизу в парах, подача	игры,	игровых действий и		
		ный	мяча в парах. Учебная игра.	техника	приемов, осваивать их		
					самостоятельно,		
					выявлять и устранять		
					типичные ошибки		
50	Передача мяча.	Комбин	Передача мяча двумя руками	Тактика	описывать технику	Текущий	
	Учебная игра.	ирован	сверху и снизу в парах, подача	игры,	игровых действий и		
		ный	мяча в парах. Учебная игра.	техника	приемов, осваивать их		
					самостоятельно,		
					выявлять и устранять		
					типичные ошибки		
51	Передачи, подача	Комбин	Передача мяча двумя руками	Тактика	Соблюдать правила	Текущий	
	мяча. Учебная	ирован	сверху и снизу в парах, подача	игры,	игры, уважительно		
	игра	ный	мяча в парах. Учебная игра	техника	относиться к		
			волейбол.		сопернику и		
					управлять своими		
					эмоциями.		
					Применять		
					установленные		
					правила в		
					планировании способа		
					решения		
52	Передачи, подача	Комбин	Передача мяча двумя руками	Тактика	Соблюдать правила	Текущий	
	мяча. Учебная	ирован	сверху и снизу в парах, подача	игры,	игры, уважительно		
	игра	ный		техника	относиться к		

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

55	Учебная игра	Комбин	Передача мяча двумя руками	Тактика	организовывать	Текущий		
	волейбол.	ирован	сверху и снизу в парах, подача	игры,	совместные занятия			
		ный	мяча в парах– учёт. Учебная	техника	волейболом со			
			игра волейбол.		сверстниками,			
					Осуществлять			
					судейство игры.			
56	Учебная игра	Комбин	Передача мяча двумя руками	Тактика	организовывать	Текущий		
	волейбол.	ирован	сверху и снизу в парах, подача	игры,	совместные занятия			
		ный	мяча в парах– учёт. Учебная	техника	волейболом со			
			игра волейбол.		сверстниками,			
					Осуществлять			
					судейство игры.			
		•		•		•	•	

Раздел - Гимнастика 12 часов

57	Т/б на уроках	Учётн	Строевые упражнения.	Акробатика	- выполнять действия	Текущий	
	гимнастики.	ый	Повороты на месте,		в соответствии с		
	Основы знаний.		перестроения из колонны по 1 в		поставленной задачей		
	Акробатика.		колонну по 2, 4. ОРУ.		-самостоятельно		
	Бревно.		Кувырки вперед, назад. Стойка		выделять и		
			на лопатках перекатом назад.		формулировать		
			Упражнения на бревне.		познавательную цель		
			Приставной шаг, шаги польки,		- слушать		
			соскок.		собеседника,		
					формулировать свои		
					затруднения		
58	Акробатика		Строевой шаг. Повороты на	Кувырки,	- использовать речь	Текущий	
	Кувырок вперёд,		месте. Кувырок вперёд, назад.	стойка,	для регуляции своего		
	назад Упражнения		Упражнения на гибкость.	мост,	действия		
			Эстафеты.				

			77 ~		1			
	на гибкость.		Упражнения на бревне.	перекат,	- применять правила и			
	Эстафеты.			соскок	пользоваться			
					инструкциями			
					- управление			
					коммуникаций			
					координировать и			
					принимать различные			
					позиции во			
					взаимодействие			
59	Кувырки вперед,	Комби	Строевой шаг. Повороты на	Кувырки,	- выполнять действия	Текущий		
	назад. Стойка на	нирова	месте. Кувырки вперед, назад.	стойка,	в соответствии с			
	лопатках	нный	Стойка на лопатках перекатом	мост,	поставленной задачей			
	перекатом назад.		назад. Упражнения на гибкость.	перекат	-самостоятельно			
			Упражнения на бревне.		выделять и			
					формулировать			
					познавательную цель			
					- слушать			
					собеседника,			
					формулировать свои			
					затруднения			
60	Комбинации	Комби	Кувырки вперед, назад. Стойка	Кувырки,	- формулировать и	Текущий		
	освоенных	нирова	на лопатках перекатом назад.	стойка,	удерживать учебную	-		
	элементов.	нный	«мост» из положения лежа.	мост,	задачу			
			Упражнения на гибкость.	перекат	-ориентироваться в			
			Упражнения на бревне. Работа		разнообразии			
			по станциям.		способов решения			
					задач			
					- слушать			
					собеседника, задавать			
					вопросы,			
					использовать речь			

61	Акробатическая	Комби	Кувырки вперед, назад. Стойка	Акробатичес	- формулировать и	Мальчики:	
	комбинация.	нирова	на лопатках перекатом назад.	кая	удерживать учебную	«5» «4»	
	Подтягивание на	нный	«Мост» из положения лежа.	комбинация	задачу	«3»	
	высокой (м),		Лазание по канату.		-ориентироваться в	9 7 5	
	низкой (д)		Подтягивание: юноши - на		разнообразии	Девочки:	
	перекладине.		высокой перекладине,		способов решения	«5» «4»	
			девушки – на низкой		задач	«3»	
			перекладине – на результат		- слушать	15 10 5	
					собеседника, задавать		
					вопросы,		
					использовать речь		
62	Акробатическое	Учётн	Кувырки вперед, назад. Стойка	Акробатичес	- формулировать и	Текущий	
	соединение из	ый	на лопатках перекатом назад.	кая	удерживать учебную		
	разученных		«Мост» из положения лежа.	комбинация	задачу		
	элементов.		Гимнастическая полоса		-ориентироваться в		
	Гимнастическая		препятствий. Лазание по		разнообразии		
	полоса		канату- на результат(д: на		способов решения		
	препятствий.		количество метров)		задач		
					- слушать		
					собеседника, задавать		
					вопросы,		
					использовать речь		
63	Строевые	Изучен	Перестроение из колонны по 2 в	Вскок в упор	Использовать	Текущий	
	упражнения.	ие	колонну по 1 с разведением и	присев	установленные		
	Опорный прыжок.	нового	слиянием по 8 чел. ОРУ с г		правила в контроле		
	Вскок в упор	матери	скакалками. Вскок в упор		способа решения		
	присев. Соскок	ала	присев. Соскок прогнувшись.		-ставить и		
	прогнувшись				формулировать		
	(козёл в ширину,				проблему.		
	высота 80-100см).				- договариваться о		
					распределение		
					функций и ролей в		

					совместной		
C 4		TC ~	П	C 7	деятельности	T. ~	
64	Опорный прыжок.	Комби	Перестроение из колонны по 1 в	Способы	Использовать	Текущий	
	Вскок в упор	нирова	колонны по 3,4. ОРУ с г	регулирован	установленные		
	присев. Соскок	нный	скакалками. Вскок в упор	ия физ	правила в контроле		
	прогнувшись.		присев. Соскок прогнувшись.	нагрузок	способа решения		
	Упражнения на		Подтягивание на перекладине.		-ставить и		
	перекладине.		Подъём переворотом.		формулировать		
					проблему.		
					- договариваться о		
					распределение		
					функций и ролей в		
					совместной		
					деятельности		
65	Прыжок ноги	Комби	ОРУ с обручами. Прыжки	Правила	-вносить дополнения	Текущий	
	врозь. Упражнения	нирова	«змейкой» через скамейку.	соревновани	и изменения в план и		
	на перекладине.	нный	Прыжок ноги врозь. Сгибание	й	способ действия в		
			и разгибание рук в упоре:		случае расхождения		
			мальчики от пола, ноги на		действия и его		
			гимнастической скамейке;		результат		
			девочки с опорой руками на		-контролировать		
			гимнастическую скамейку.		процесс и результат		
					деятельности.		
					- определять общую		
					цель и пути её		
					достижения		
66	Упражнения на	Комби	ОРУ с обручами(д) и	Название	-вносить дополнения	Текущий	
	снарядах. Прыжки	нирова	гантелями(м). Прыжки	г/снарядов	и изменения в план и		
	со скакалкой.	нный	«змейкой» через скамейку.		способ действия в		
	Опорный прыжок.		Опорный прыжок. Прыжки на		случае расхождения		
			скакалке-на результат.		действия и его		
					результата		

					,		
					-контролировать		
					процесс и результат		
					деятельности.		
					- определять общую		
					цель и пути её		
					достижения		
67	Упражнения на	Комби	Опорный прыжок. Прыжки с	Название	-вносить дополнения	Текущий	
	снарядах.	нирова	г/мостика в глубину.	г/снарядов	и изменения в план и		
	Поднимание	нный	Поднимание туловища. Работа		способ действия в		
	туловища		по станциям. Эстафеты с		случае расхождения		
	Эстафеты с		использованием		действия и его		
	использованием		гимнастических упражнений и		результата		
	гимнастических		инвентаря.		-контролировать		
	упражнений и				процесс и результат		
	инвентаря.				деятельности.		
					- определять общую		
					цель и пути её		
					достижения		
68	Комбинации на	Учётн	Комбинации на гимнастических	Название	-вносить коррективы	Текущий	
	гимнастических	ый	снарядах. Опорный прыжок- на	г/снарядов	в действие после его		
	снарядах.		результат. Эстафеты с		завершения на основе		
	Опорный прыжок-		гимнастическими предметами.		его оценки и учёта		
	на результат.				сделанных ошибок		
	Эстафеты с				-контролировать		
	гимнастическими				процесс и результат		
	предметами.				деятельности		
					- формулировать		
					собственное мнение и		
					позицию;		
					формулировать свои		
					затруднения		
-			1	1			

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

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

Раздел - Спортивные игры (баскетбол) 8ч Т.б. на уроках. Передам изча полого двумя руками. Т.б. на уроках. Передам изча лата Передам за уроках лицом, спиной вперед, и грока, остановки прыжком. Ведение меча на месте и в движении. Ловия и передача двумя руками от груди на месте в парах. Терминология передача мяча одной рукой. Терминология баскетбола. Стойка и передачаения игрока, остановки прыжком. Повороты бес мяча и с мяча одной рукой. Терминология баскетбола. Стойка и передачаения передачаения и передачаения передачаения передачаения передачаения передачаения передачаения передачаения передачаения передачаен		1	1	<u> </u>	1			1	
Т/б на уроках. Ведение мяча. Передача мяча апредача мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой Бросок мяча одном рукой Бросок мяча одном руком Бросок мяча одно									
Т/б на уроках Изучен не не не на уроках спортивных игр не						деятельности.			
77 Т/б на уроках. Ведение мяча. Передача мяча двумя руками. ТБ на уроках спортивных игр (б/б). Стойка и передвижения пового двумя руками. ТБ на уроках спортивных передача мяча двумя руками. ТБ на уроках спортивных прискам (приставными шагами боком, матери ала мятери лысмов передача двумя руками от груди на месте в парах. ТБ на уроках спортивных игр деятельности правила в планировании способа решения контролировать и ощенивать процесс и результат своей деятельности правила в планировании способа решения ответственность за скои поступки Текущий мятери правила в планировании учебной деятельности правила в планировании учебной деятельности правила в планировании способа решения ответственность за скои поступки баскетбола баскетбола деятельности правила у правила в планировании способа решения мотивация учебной деятельности правила у правила в планировании способа решения мотивация учебной деятельности правила у правита у правила у правила у правила у правила у правила у правила о правила у прави а у прави у пр									
Ведение мяча. Передача мяча двумя руками. Ведение мяча ала Термипология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Термипология баскетбола. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной руками от груди на месте в парах. Комбо передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча в парах. Комбо передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча в парах. Комбо передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча в парах. Комбо передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча в парах. Комбо передвижения игрожа, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча в парах. Комбо передача двумя руками от груди на месте в парах. Термиполог применять установленные правила в паракты не правила в паракты в паракты в паракты в правила в паракты процесс и результат своей				Раздел - Сп	ортивные игр	ы (баскетбол) 8ч			
Ведение мяча. Передача мяча двумя руками. Ведение мяча ала Термипология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Термипология баскетбола. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной руками от груди на месте в парах. Комбо передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча в парах. Комбо передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча в парах. Комбо передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча в парах. Комбо передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча в парах. Комбо передвижения игрожа, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча в парах. Комбо передача двумя руками от груди на месте в парах. Термиполог применять установленные правила в паракты не правила в паракты в паракты в паракты в правила в паракты процесс и результат своей					<u> </u>		,		,
Передача мяча двумя руками. Передача мяча двяместе и в движении. Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Ведение мяча одной рукой. Передача мяча и с мячом. Ведение мяча и с мячом и с мячом. Ведение мяча и с мячом	77	Т/б на уроках.	Изучен		ТБ на	-адекватная	Текущий		
двумя руками. Матери ала Лицом, спиной вперёд) игрока, остановки прыжком. Ведение мяча на месте и в движении. Ловял и передача двумя руками от груди на месте в парах. Комби Передача мяча ппередача двумя руками одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. В парах. Камби от груди на месте в парах. Комби от груди на месте в парах. Комби передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловял и передача двумя руками от груди на месте в парах. Комби отновки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловял и передача двумя руками от груди на месте в парах. Комби передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловял и передача двумя руками от груди на месте в парах. Комби прыжком горона под применять установленые правила в планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей		Ведение мяча.	ие	(б/б). Стойка и передвижения	уроках	мотивация учебной			
ала остановки прыжком. Ведение мяча на месте и в движении. Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной руками от груди на месте в парах.		Передача мяча	нового	(приставными шагами боком,	спортивных	деятельности			
мяча на месте и в движении. Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. В правила в планировании способа решения контролировать и опенивать процесс и результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответственность за свои поступки Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. В парах. Терминология баскетбола. Птерминология баскетбола. Птерминология баскетбола. Птерминология баскетбола. Птерминология баскетбола. Птерминологи -адекватная мотивация учебной обаскетбола деятельности -применять установленные правила в планировании способа решения контролировать и опения то опенивать процесе и результат своей		двумя руками.	матери	лицом, спиной вперёд) игрока,	игр	-применять			
Повля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Вресок мяча одной рукой. Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Терминология баскетбола. Стойка и передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведепие мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Терминология баскетбола. Терминология баскетбола. Отойка и передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведепие мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах.			ала	остановки прыжком. Ведение		установленные			
от груди на месте в парах. от груди на месте в парах. решения контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответетвенность за свои поступки Терминология баскетбола. Стойка и передвижения игрока, одной рукой. Бросок мяча				мяча на месте и в движении.		правила в			
Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. В парах. Терминология баскетбола и передача двумя руками от груди на месте в парах. Комтролировать и оценивать процесс и результат своей Стойка и передача двумя руками от груди на месте в парах. Комтролировать и оценивать процесс и результат своей Стойка и передача ниый остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Комби от груди на месте правила в планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей				Ловля и передача двумя руками		планировании способа			
ощенивать процесс и результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответственность за свои поступки Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Терминология баскетбола. Стойка и передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Терминолог чяственность за свои поступки Терминолог и поступки Терминолог на процем правиля в процем правила в планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей				от груди на месте в парах.		решения			
результат своей деятельности -самостоятельная и личная ответственность за свои поступки Терминология баскетбола. Персдача мяча одной рукой. Терминолог мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Терминолог и с баскетбола состанския игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Терминолог и за свои поступки Темущий Текущий Текущий Текущий Текущий Текущий Текущий Текущий Том мотивация учебной деятельности -применять установленные правила в планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей						контролировать и			
Деятельности -самостоятельная и личная ответственность за свои поступки Терминология баскетбола.						оценивать процесс и			
Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча ответствение мяча на месте довля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Терминолог на саксетбола Терминолог на свето поступки Текущий Тек						результат своей			
Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Поросок мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Поросок мяча и с мячом. Повороты баскетбола правила в планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей						деятельности			
Терминология баскетбола. Терминолог за свои поступки Текущий Текущи						-самостоятельная и			
Терминология баскетбола. Передача мяча одной рукой. Поросок мяча одной рукой. Поросок мяча и с мячом. Ведение мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Повороты баскетбола правила в планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей						личная			
Терминолог и баскетбола. Передача мяча одной рукой. Повороты рукой. Повороты рукой. Повороты без мяча и с мячом. Ведение в парах. Повороты на месте в парах. Повороты без мяча и с мячом от груди на месте в парах. Повороты оценивать процесс и результат своей						ответственность за			
Передача мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. В парах. Стойка и передвижения игрока, остановки прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Им мотивация учебной баскетбола деятельности -применять установленные правила в планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей						свои поступки			
одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча одной рукой. Бросок мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. Бросок мяча одной без мяча и с мячом. Ведение применять установленные правила в планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей	78	Ведение мяча.	Комби	Терминология баскетбола.	Терминолог	-адекватная	Текущий		
Бросок мяча одной рукой. без мяча и с мячом. Ведение мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей		Передача мяча	нирова	Стойка и передвижения игрока,	ия	мотивация учебной			
рукой. мяча на месте Ловля и передача двумя руками от груди на месте в парах. планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей		одной рукой.	нный	остановки прыжком. Повороты	баскетбола	деятельности			
двумя руками от груди на месте в правила в планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей		Бросок мяча одной		без мяча и с мячом. Ведение		-применять			
в парах. планировании способа решения контролировать и оценивать процесс и результат своей		рукой.		мяча на месте Ловля и передача		установленные			
решения контролировать и оценивать процесс и результат своей				двумя руками от груди на месте		правила в			
контролировать и оценивать процесс и результат своей				в парах.		планировании способа			
оценивать процесс и результат своей						решения			
результат своей						контролировать и			
						оценивать процесс и			
деятельности						результат своей			
						деятельности			

			T	1	T		<u> </u>	
					-самостоятельная и			
					личная			
					ответственность за			
					свои поступки			
79	Ведение, передачи,	Комби	Стойка и передвижения игрока,	Терминолог	Вносить коррективы	Текущий		
	перехват. Учебная	нирова	остановки прыжком. Повороты	ия	в выполнение			
	игра.	нный	без мяча и с мячом. Ведение	баскетбола	правильных действий			
			мяча на месте Ловля и передача		упражнений, сличать			
			двумя руками от груди на месте		с заданным эталоном			
			в парах. Игра «Борьба за мяч»		-ставить и			
					формулировать			
					проблемы, выбирать			
					эффективные способы			
					решении- обращаться			
					за помощью			
80	Ведение, передачи,	Комби	Стойка и передвижения игрока,	Терминолог	-выполнять учебные	Оценка техники		
	бросок мяча. Игра	нирова	остановки прыжком. Повороты.	ия	действия	стойки,		
	мини-баскетбол.	нный	Ведение мяча на месте. Ловля и	баскетбола	-самостоятельно	передвижений		
			передача двумя руками от груди		выделять и			
			на месте в парах.		формулировать			
					познавательную цель			
					-этические чувства			
81	Ведение мяча.	Комби	Правила игры. Стойка и	Правила	Вносить коррективы	Текущий		
	Передачи мяча.	нирова	передвижения игрока,	игры .	в выполнение			
	Бросок мяча одной	нный	остановки прыжком. Повороты.		правильных действий			
	рукой. Игра по		Ведение мяча на месте. Ловля и		упражнений, сличать			
	упрощенным		передача двумя руками от груди		с заданным эталоном			
	правилам мини-		на месте в парах с шагом. Игра		-ставить и			
	баскетбола.		в мини-баскетбол.		формулировать			
					проблемы, выбирать			
					эффективные способы			
					решении- обращаться			
					за помощью			
		<u> </u>	1	L	l .			

82	Ведение мяча,	Комби	Стойка и передвижения игрока,	Правила	-выполнять учебные	Оценка техники
02			1	_	•	
	передачи. Бросок	нирова	остановки двумя шагами.	игры.	действия	ведения мяча на
	мяча одной рукой.	нный	Повороты. Ведение мяча в		-самостоятельно	месте
	Игра мини		движении шагом. Ловля и		выделять и	
	баскетбол 3*3.		передача мяча двумя руками от		формулировать	
			груди на месте в круге. Бросок		познавательную цель	
			одной рукой от головы с места.		-этические чувства	
			Игра в мини-баскетбол.			
83	Игра мини-	Изучен	Стойка и передвижения игрока.	Правила	Вносить коррективы	Текущий
	баскетбол 3*3.	ие	Ведение мяча с изменением	игры.	в выполнение	
		нового	скорости. Ловля и передача		правильных действий	
		матери	мяча двумя руками от груди.		упражнений, сличать	
		ала	Бросок двумя руками снизу в		с заданным эталоном	
			движении. Игра мини-		-ставить и	
			баскетбол.		формулировать	
					проблемы, выбирать	
					эффективные способы	
					решении- обращаться	
					за помощью	
84	Игра мини-	Комби	Стойка и передвижения игрока.	тактика	Вносить коррективы	Оценка техники
	баскетбол 3*3.	нирова	Ведение мяча с изменением	игры	в выполнение	ведения мяча с
		нный	направления. Бросок двумя		правильных действий	изменением
			руками снизу в движении после		упражнений, сличать	направления
			ловли мяча.		с заданным эталоном	
					-ставить и	
					формулировать	
					проблемы, выбирать	
					эффективные способы	
					решении- обращаться	
					за помощью	
—	 	1	_	<u> </u>	<u> </u>	

Раздел - Лёгкая атлетика (18ч)

85	Основы знаний.		Инструктаж по технике	Правила	-формулировать и	Текущий	
	Т/Б на уроках л/а.	Изуче	безопасности. Инструктаж по л/а.	поведения,	учебную задачу;		
	Тесты.	ние	Повторение ранее пройденных	техника	выбирать действия в		
		новог	строевых упражнений.	безопасност	соответствии с		
		o	Специальные беговые	и на уроках.	поставленной задачей		
		матер	упражнения. Высокий старт(15-	Спринтерск	и условиями её		
		иала	20 м.) и бег с ускорением.	ий бег,	реализации.		
				высокий	-использовать общие		
				старт	приёмы решения		
					поставленных задач,		
					ставить вопросы,		
					обращаться за		
					помощью		
86	Кроссовая	Комб	Специальные беговые	Спринтерск	-использовать общие		
	подготовка. Бег 5-	иниро	упражнения. Высокий старт и	ий бег,	приёмы решения		
	6 мин. Высокий	ванны	скоростной бег до 40 метров (2	высокий	поставленных задач,		
	старт. Старт с	й.	серии). Бег с ускорением (30 – 40	старт	ставить вопросы,		
	опорой на одну		м) с максимальной скоростью.		обращаться за		
	руку.		Старты из различных и. п.		помощью		
87	Кроссовая	Учётн	Специальные беговые	Стартовый	-формулировать и	Мальчики:	
	подготовка. Бег 6-	ый	упражнения. Высокий старт и	разгон	удерживать учебную	«5» «4» «3»	
	7 мин. Высокий		скоростной бег до 40 метров (2		задачу.	4,7 5,1 5,3	
	старт. Старт с		серии). Бег с ускорением (30 – 40		- контролировать и	Девочки:	
	опорой на одну		м) с максимальной скоростью.		оценивать процесс и	«5» «4» «3»	
	руку. Бег 30м.		Старты из различных и. п.		результат	5,0 5,4 5,6	
			Бег 30 м- на результат.		деятельности		
					-формулировать		
					собственное мнение		
					-адекватная		
					мотивация учебной		
					деятельности		

88	Кроссовая		Спец. беговые упр. Бег от 200 до	Техника	-формулировать и		
	подготовка. Бег 7-		1000 м. Бег с ускорением.	бега,	удерживать учебную		
	8 мин. Старт с		Спортивные игры.	ускорение.	задачу.		
	опорой на одну		спортивные пгры.	ускорение.	- контролировать и		
	руку. Бег 60 м.				оценивать процесс и		
	pyky. Ber oo m.				результат		
					деятельности		
					-формулировать		
					собственное мнение		
					-адекватная		
					мотивация учебной		
					деятельности		
89	Старт с опорой на	Учётн	Спец. беговые упр. Бег от 200 до	Техника		Мальчики:	
09		ый	1000 м.		-формулировать и		
	одну руку. Бег 60	ыи		бега,	удерживать учебную		
	М.		Спортивные игры. Бег 60 метров	ускорение.	задачу.	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
			– на результат.		-контролировать и	Девочки:	
					оценивать процесс и	«5» «4» «3»	
					результат	9,6 10.4 10,6	
					деятельности		
					-ставить вопросы,		
					обращаться за		
					помощью;		
90	Метание мяча на		ОРУ для рук и плечевого пояса в	Техника	-формулировать и	Текущий	
	дальность и на		ходьбе. Специальные беговые	метания	удерживать учебную		
	заданное		упражнения. Прыжковые		задачу.		
	расстояние.		упражнения, выполняемые		-контролировать и		
			сериями (с ноги на ногу, толкаясь		оценивать процесс и		
			вверх. Метание теннисного мяча		результат		
			с 4 – 5 шагов разбега на		деятельности		
			дальность и на заданное		-ставить вопросы,		
			расстояние.		обращаться за		
					помощью;		

91	Метание мяча на дальность и на заданное расстояние.	Комб иниро ванны й	ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность и на заданное расстояние.	техника метания	-формулировать учебную задачуопределять, где применяются действия с мячом -адекватная мотивация учебной деятельности	Текущий	
92	Метание мяча на дальность и на заданное расстояние.	Комб иниро ванны й	ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность и на заданное расстояние. Спортивные игры.	техника метания	-формулировать учебную задачуопределять, где применяются действия с мячом -адекватная мотивация учебной деятельности	Текущий	
93	Метание мяча на	Учётн	ОРУ для рук и плечевого пояса в	техника	-формулировать	Мальчики:	
	дальность и на заданное расстояние. Прыжок в длину с разбега.	ый	ходьбе. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх. Метание теннисного мяча - на результат. Прыжок в длину с разбега. Спортивные игры.	Техника выполнения	учебную задачуопределять, где применяются действия с мячом -адекватная мотивация учебной деятельности	«5» «4» «3» 40 34 30 Девочки: «5» «4» «3» 27 21 19	
94	Кроссовая подготовка. Бег 9-	Учётн ый	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, многоскоки.	Техника выполнения	коррекция-вносить дополнения и изменения в	5» «4» «3» 400 355 330 Девочки:	

95	10 мин. Прыжок в длину с разбега.	Учётн	Прыжок в длину с разбега – на результат. Спортивные игры. Бег с среднем темпе.	техника	выполнение упражнений -осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания коррекция-вносить	«5» 330 5»	«4» 280 «4»		
73	подготовка. Бег 10-12 мин. Тестирование прыжок в длину с места.	ый	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, многоскоки. Прыжки в длину с места – на результат. Спортивные игры.	прыжка	коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания	3» 215 Девоч «5» 180	190 чки: «4»	«3» 170 «3» 150	
96	Кроссовая подготовка. Бег 12-13 мин. Бег 150 м.	Учётн ый	Бег в среднем темпе. ОРУ в движении. Специальные беговые и прыжковые упражнения, многоскоки. Бег 150 м - учёт	Техника бега	коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений	Маль «5» 23 Девоч «5» 25		«3»	

				-осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра высказывания		
97	Кроссовая подготовка. Бег 13-14 мин. Бег 300 м.	Бег в среднем темпе. ОРУ в движении. Специальные беговые и прыжковые упражнения, многоскоки. Бег 300 м – учёт Спортивные игры.	Техника бега	коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действии -вести устный диалог, строить понятные для партнёра	Мальчики: «5» «4» «3» 55 1.00 1.05 Девочки: «5» «4» «3» 1.05 1.10 1.15	
98	Кроссовая подготовка. Бег 13-14 мин. Бег 400 м.	Бег в среднем темпе. ОРУ в движении. Специальные беговые и прыжковые упражнения, многоскоки. Бег 400 м – учёт Спортивные игры.	Техника бега	коррекция-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений -осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и	Мальчики: «5» «4» «3» 1,20 1,30 1,35 Девочки: «5» «4» «3» 1,35 1,45 1,50	

					использовать в		
					действии		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
					партнёра		
99	Кроссовая	Учётн	Бег в среднем темпе. ОРУ в	Техника	сличать способ	Мальчики:	
	подготовка. Бег	ый	движении. Специальные беговые	прыжка в	действия и его	«5» «4» «3»	
	10-12 мин.		и прыжковые упражнения.	длину	результат;	1,35 1,45 1,50	
	Бег 500 м.		Бег 500 м. (м) –на результат.		корректировать	Девочки:	
			Спортивные игры.		выполнение	«5» «4» «3»	
					упражнений	2,00 2,10	
					- способов и условий	2,20	
					действий;		
					-вести устный диалог,		
					строить понятные для		
					партнёра		
					высказывания		
100	Кроссовая	Учётн	Бег в среднем темпе. ОРУ.	Бег на	-определять общую	Контрольное	
	подготовка. Бег 8-	ый	Специальные беговые	средние	цель и пути её	упражнение-	
	10 мин. Бег 1000 м.		упражнения. Бег 1000 м. на	дистанции	достижения;	бег 1000м:	
			результат.		прогнозирование	м.: «5»- 3,35.;	
			Спортивные игры.		результата	«4»-3,50 «3»-	
					-выбирать более	4,15	
					эффективные способы	д.: «5»- 4,30;	
					решения,	«4»-4,50 «3»-	
					контролировать	5,20	
					выполнение задания		
101	Кроссовая	Учётн	Бег в среднем темпе. ОРУ.	Бег на	определять общую	Контрольное	
	подготовка. Бег 6-	ый	Специальные беговые	средние	цель и пути её	упражнение-	
	8мин. Бег 2000 м.		упражнения. Бег 2000 м. на	дистанции	достижения;	бег 2000м:	
			результат.		прогнозирование	м.: «5»- 8.20.;	
			Спортивные игры.		результата	«4»-9.20 «3»-	
						9.50	

					-выбирать более	д.: «5»- 10.20	
					•		
					эффективные способы	«4»-11.20 «3»-	
					решения,	12.05	
					контролировать		
					выполнение задания		
102	Кроссовая	Комб	Бег в среднем темпе. ОРУ.	Техника	определять общую		
	подготовка. Бег	иниро	Специальные беговые	бега	цель и пути её		
	16-18мин.	ванны	упражнения, прыжковые,		достижения;		
		й	многоскоки.		прогнозирование		
			Спортивные игры.		результата		
					-выбирать более		
					эффективные способы		
					решения,		
					контролировать		
					выполнение задания		